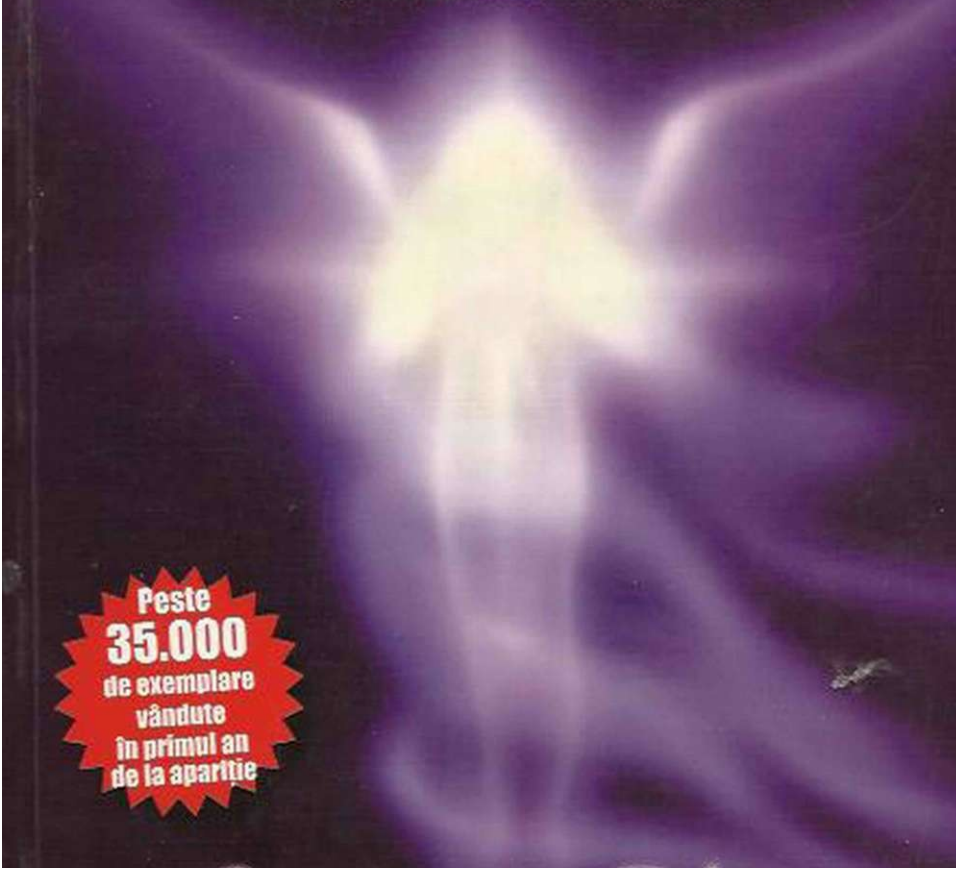
TEODOR VASILE, D. Sc., Ph. D.

FLACĂRA VIOLETĂ

O terapie complementară integrativ-holistică creată prin întrepătrunderea elementelor psihoterapeutice experienţiale cu tehnici specifice abordate de medicina alternativă



Peste 35.000 de exemplare vândute în primul an de la apariţie

Pentru mine, cel mai important rămâne faptul că la acest „experiment holistic au luat parte, în decursul a 8 ani, peste patruzeci de mii de participanţi. Experienţa benefică trăită ţi ameliorarea anumitor suferinţe au întărit încrederea acestora de a reveni de fiecare dată şi a făcut ca aceasta meditaţie să poată continua, săptămână de săptămână, lună de lună, dându-se astfel examenul real în ceea ce priveşte rezultatele benefice obţinute prin practicarea saş

m Autorul

L în W A

viziunea mea concepe acțiunea de redobândire a sănătății (sau de menținere a acesteia) ca pe o terapie completă care se adresează ființei umane în întreg ansamblul ei, elementele călăuzitoare, atât pentru terapeut, cât și pentru pacient fiind activarea și utilizarea în procesul de vindecare și de evoluție a legăturii profunde Om – Dumnezeu, a Luminii, a Credinței și a Iubirii. Când pacientul, călăuzit de un terapeut complet, care s-ar dori în primul rând un vindecător spiritual, cu ajutorul Luminii și al Iubirii, ajunge să-și conștientizeze identitatea profundă, esența divină sau pe Domnul Dumnezeu din/în Inima sa, atunci suferința începe, într-un fel sau altul, să dispară.

Sănătatea o poți păstra cu adevărat doar prin deplina conștientizare a Identității tale: *„Sunt Copilul Domnului și sunt creat din Lumină, după Chipul și Asemănarea Sa"*, pentru că, deopotrivă Domnul, „Tatăl Nostru, prin Iubirea cea nemărginită" și Lumina sunt fundamental incompatibile cu suferința, întunericul sau cu boala, indiferent pe ce plan se manifestă ele. Elementele definitorii ale Sinelui Adevărat, Dumnezeu și Lumină (adică Scânteia Divină) sunt prezente în noi, precum și natura esențială a Divinității Supreme, Iubirea. Credința, doar credința noastră poate descătușa aceste Forțe Divine și ne poate transforma, prin Dăruirea de Sine, în ceea ce suntem în fapt, Ființe de Lumină! Vindecarea se află chiar în noi, în mintea și în sufletul nostru, în ceea ce gândim, în ceea ce înfăptuim, în acțiunile noastre de zi cu zi... aceasta este taina cea adevărată

Flacăra Violetă
Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României VASILE, TEODOR
Flacăra violetă / Teodor Vasile.
— Bucureşti: Pro Editură şi Tipografie, 2007 ISBN 978 – 973 – 145 – 090 – 2
294.527
Teodor Vasile
Flacăra Violetă
Pro Editură şi Tipografie

Notă pentru cititori

Niciuna dintre recomandările sau învăţăturile cuprinse în această carte nu sunt destinate să înlocuiască serviciile medicului, psihoterapeutului sau psihiatrului tău. La fel cum cartea nu este destinată să ofere o alternativă pentru tratamentul medical profesionist.

Cuvânt de început

M-am gândit îndelung la ce aş putea să vă scriu într-un început, pentru a vă putea aduce din scaunul vostru, din locul unde vă aflaţi acum când răsfoiţi aceste pagini, cum aş putea să vă aduc în lumea mea, în magica mea lume.

Mi-am amintit cuvintele lui Einstein, pe care, culmea, le-am primit de la o colegă, după o meditaţie asemănătoare cu cea despre care urmează să citiţi mai departe. Dar, până atunci, să vă spun ce credea Einstein despre această viaţă: „Îţi poţi trăi această viaţă ca pe un continuu Act de Magie sau o poţi trăi fără să vezi nimic magic în ea!”

TU, doar TU, cel ce ţii această carte acum în mână, eşti cel care hotărăşti cum vrei să îţi trăieşti viaţa. TU eşti acela care alegi. Poţi închide acum această carte şi mâine dimineaţă să te duci să o înapoiezi vânzătorului, poţi să o citeşti şi să negi experienţele trăite de miile de oameni ce au accesat această Cale descrisă între coperţile acestei

cărticele – şi este cam acelaşi lucru, ba mai mult, pierzi şi banii pe care i-ai dat pe ea şi, bineînţeles, şi preţiosul tău timp. Sau ai putea să reflectezi asupra vieţii tale şi să-ţi găseşti propria TA Cale de a-ţi trăi viaţa, ca pe un continuu Act de Magie. Rămâne ca Tu să fii cel care decizi…

Această carte a apărut cu greu, ce-i drept au contat foarte mult în întârzierea acesteia frământările mele, dacă fac bine sau rău scriind o astfel de carte. Dacă nu cumva prezentând o astfel de metodă nu o să aduc un prejudiciu medicinii alternative sau complementare, fiind un partizan promotor al acesteia. Mi-a fost teamă că publicul larg din România nu este pregătit să acceadă sau să accepte o astfel de „cale”.

Ideea de meditaţie pentru sănătate este perimată în România, însăşi Credinţa în Dumnezeu este afectată la un număr din ce în ce mai mare de persoane atât din România, cât şi din întreaga lume. Acel dicton „Credendo Vides” – crede şi vei vedea, din nefericire nu este accesibil pentru marele public intoxicat şi aşa de prea multe show-uri politice, sociale şi economice desfăşurate în această mult prea încercată ţară.

Societatea românească se hrăneşte cu genul de „ştiri de la orele 17: 00” sau 19: 00 sau cu „ştirile de noapte”, unde exemplele negative sunt transformate la nivel de scară universal valabilă.

Cu toate acestea, într-un final, m-am simţit dator faţă de Dan, de amintirea sa, faţă de foşti colegi de facultate care au fost decimaţi de o societate manipulată de teamă şi poate, cel mai mult, cu siguranţă, au contat cei care mi-au fost alături în aceşti ani, cei împreună cu care am făcut această meditaţie, fiecare dintre ei simţind efectele binefăcătoare ale acesteia. Ei sunt cei ce mi-au cerut să sau această căite. Datorită lor vă scriu acum aceste rânduri…

Nu cred că societatea românească este pregătită

acum pentru a primi aşa ceva, dar, cine ştie, poate peste cinci sau poate peste zece ani, când copiii mei vor fi deja mari, această carte va avea puterea de a schimba în mai bine destinul unor oameni…

Pace, Lumină, Iubire!

O Poveste

Cândva, în trecut, nu ştiu dacă în perioada de tristă amintire în care Inchiziţia făcea multe victime doar de dragul unor băi sângeroase şi în momentul în care în istorie se manifesta, în mod excesiv, poate mai mult decât oricând, puterea unor oameni „Prea întunecaţi*, aşadar, în vremurile acelea, undeva pe o insulă, lângă vechiul continent, trăiau trei călugări, trei pustnici, care făceau minuni, vindecând oameni. Bolnavii de pe continent, aflând despre ei, traversau marea cu barca, se supuneau tratamentelor celor trei călugări, revenind după aceea la casele lor, vindecaţi. Asta a făcut ca faima lor să crească vertiginos. Până într-o zi când, Prea înaltul Scaun a hotărât că episcopul din regiunea respectivă nu îşi îndeplinea îndatoririle, Prin urmare a fost trimis să îi alunge pe cei trei călugări despre care se ştia că sunt puţin cunoscători într-ale cititului şi ale scrisului, ceea ce însemna că nu puteau să propovăduiască numele şi cuvântul Domnului. Neştiind carte, nu cunoşteau dogma, necunoscând dogma, nu ştiau să se roage la Bunul Dumnezeu, ceea ce presupunea că harul lor provenea din cu totul altă parte, mult mai obscură. Şi pentru că acel episcop fusese şi el cândva salvat de cei trei călugări, a refuzat ordinul de a-i aresta. Drept urmare, Prea înaltul Scaun a horârât să trimită un nou episcop, cu misiunea precisă de a rezolva această problemă, într-un fel sau altul A doua zi dis-de-dimineaţă, acesta s-a îmbarcat pe corabie, a traversat marea şi, coborând pe insulă, a văzut cum o mulţime de oameni stătea la rând în faţa celor trei călugări aşteptând vindecarea. Călugării întindeau braţele spre ei,

bolboroseau ceva în şoaptă şi bolnavii se însănătoşeau în mod miraculos.

A stat aşa o zi întreagă uitându-se la ei, după care, seara târziu, i-a întrebat:

— Şi cum faceţi voi vindecările, pentru că am auzit că nu ştiţi să citiţi. Este adevărat?

— Păi, ştiţi, Preasfinţia Voastră, noi nu prea ştim carte pentru că nu am avut nici timp şi nici posibilităţi să învăţăm.

— Hm, deci nu ştiţi carte, dar v-a spus vreodată cineva, un preot, de pildă, cum anume să vă rugaţi la Domnul, ca să primiţi acea Lumină Vindecătoare? Este cineva care v-a deschis ochii către Lumină?

Călugării au răspuns în cor:

— Preasfinţia Voastră, nu a venit nimeni la noi să ne înveţe, a venit direct această Lumină.

— Hm, ciudat! A venit şi v-a găsit aici, pe această insulă pustie, dar nu văd niciun semn creştin pe aici.

— Păi, ştiţi, Preasfinţia Voastră, a venit dintr-odată, ca o străfulgerare.

— Hm, aşa dintr-odată… Şi ce făceaţi când v-a venit această străfulgerare?

— Eram pe ogor, aram şi, dintr-odată, a venit această Lumină şi ne-a dezvăluit Harul nostru.

— Aşadar, nu într-o Sfântă Biserică, nu la înaltul Scaun, nu acolo unde există un ritual, cineva care să vă încoroneze… Preoţii au pus mâinile pe voi? Nu s-a întâmplat nimic, niciun fel de înnobilare, nimic, nimic?

— Nu, Preasfinţia Voastră.

— Şi cum v-a găsit, aşa dintr-odată?

— Da, aşa. Dimineaţa, toţi trei am plecat la muncă şi atunci s-a întâmplat minunea.

— Şi v-a dat acest har, dintr-odată, da? Hm, hm, aşadar, n-a fost… Mda… Mai bine spuneţi-mi cum vă rugaţi?

— Păi, ştiţi, Preasfinţia Voastră…

— Spuneţi-mi repede, dar să nu blasfemiaţi, pentru că atunci ştiţi ce vă aşteaptă – rugul sau spânzurătoarea! Spuneţi-mi cum vă rugaţi!

— Păi, simplu: noi suntem trei, Doamne, Tu eşti Trei, dă-ne Lumina şi Puterea ta vindecătoare, să tămăduim pe păcătosul din faţa noastră şi spunem numele de Botez al acestuia…

— Cum? Asta e blasfemie! Voi vă consideraţi Dumnezeu? Ce înseamnă asta, cum să vă dea vouă direct, aşa? Nu aveţi cum, trebuie să vă rugaţi pentru asta!

— Păi, da, ştiţi, noi aşa am vindecat până acum.

— Nu se poate! Înseamnă că voi sunteţi în solda celuilalt. Nu e puterea lui Dumnezeu şi nu cred că sunt tămăduiri ceea ce faceţi voi! Nu, este deşertăciune, e altceva. De acum încolo, în fiecare zi, o să învăţaţi cu mine. Eu am să vă predau dogma aşa cum trebuie şi voi o să rostiţi numai cuvintele pe care vi le spun eu. De acum încolo, numai respectând dogma, veţi face vindecările. Cei care trebuie să se vindece se vor vindeca, iar cei care nu trebuie să se vindece, se vor duce şi în alte părţi, că au unde.

Episcopul a petrecut cu ei două săptămâni, dar se chinuia îngrozitor învăţându-i, pentru că, bieţii călugări, pe lângă faptul că nu ştiau să citească, mai erau şi foarte naivi. Ei nu ştiuseră toată viaţa altceva decât să are pământul şi să trăiască în mijlocul naturii. Deşi erau de o puritate ingenuă, ei aveau înţelepciunea lor, o înţelepciune primită de la lucrurile mărunte, din viaţa de zi cu zi, din viaţa aceea simplă şi curată.

Şi în fiecare zi îi învăţa, îi învăţa, îi învăţa, dar, după trei săptămâni, episcopul nu a mai rezistat şi a izbucnit:

— Măi să fie! Am un jilţ de catifea în episcopia mea, am tot ce îmi trebuie, pot să mă delectez cu cele mai alese bucate, pot să stau liniştit, pentru că mă slujesc o sută de

servitori, şi eu am venit aici, ca să stau în sălbăticie, în frig şi să mă lupt cu trei analfabeţi! Nu mai pot, fie ce-o fi, trebuie să rezolv situaţia.

Şij în sfârşit, după alte trei săptămâni, a reuşit să îi înveţe o strofă dintr-o rugăciune. Le-a spus:

— Eu am să plec acum. Nu vă declar eretici, pentru că aţi avut bunăvoinţă şi aţi învăţat o strofă din această rugăciune. Să o ţineţi minte şi să o spuneţi de fiecare dată când veţi face vindecări. Să spuneţi numai strofa asta, niciun cuvânt în plus.

Călugării, umili, cu capul în jos, i-au răspuns:

— Da, Preasfinţia Voastră.

Pe înserat, episcopul s-a îmbarcat pe vapor mulţumit, pentru că nu trebuise să-i declare eretici pe cei trei călugări, anatemă care le-ar fi atras imediat condamnarea la moarte. Mai era mulţumit şi pentru că îi învăţase şi educase, îndeplinindu-şi rolul lui de episcop, apropiindu-i în felul acesta mai mult de Bunul Dumnezeu. Fericit şi plin de vise, îşi făcea planuri despre viitor, despre felul cum îşi va petrece el anii ce vor veni în tihnă. Pe la mijlocul

Sufletele se înalţă din tărâmul elementelor prin sferele planetelor, cele patru niveluri ale sufletului şi cele nouă coruri de îngeri, când la cele mai înainte sfert ale Ideilor platonice. Deasupra tuturor s-a înscăunat Hristos.; (Maiuiseris anonim, *secolul al XII-lea*) drumului, cerul s-a întunecat dintr-odată şi s-a pornit un vânt puternic. Valurile au început să se înalţe periculos neliniştindu-i pe marinari. La un moment dat, au văzut pe insulă o luminiţă,

care creştea pe măsură ce se apropia de ei. Marinarii au crezut că este un semn divin şi, speriaţi, s-au retras, aşteptându-se ca ambarcaţiunea lor să se scufunde în orice clipă. În rafalele de vânt ce se înteţeau tot mai mult, au desluşit cu toţii, de data asta, trei luminiţe desprinse din cea iniţială, care se apropiau de ei. Episcopul, înspăimântat, privea într-acolo şi nu ştia ce să facă.

S-a uitat, însă, mai bine, şi i-a văzut pe cei trei călugări care veneau călcând pe apă, luminând calea:

— Preasfinţia Voastră, Preasfinţia Voastră, am uitat strofa!!!

Poate din teamă, poate din respect sau admiraţie, cuvintele episcopului au răsunat astfel:

— Rugaţi-vă aşa cum ştiţi voi! Întoarceţi-vă şi rugaţi-vă aşa cum ştiţi voi, pentru că faceţi foarte bine!

Este o poveste cu final deschis. Unii oameni ne spun cum să ne rugăm, alţii ne spun ce am greşit sau cum trebuie să procedăm. Ceea ce ar fi bine să ştim, să cunoaştem cu toţii, lucrul cel mai important este acela de a ne asculta sufletul în tot ceea ce facem. O rugăciune simplă în care poţi să îi spui pe nume Domnului este suficientă. Dar să ţi-L apropii şi să conştientizezi că El trăieşte undeva, că există, că este scânteia Divină din fiecare dintre noi, acolo, în pieptul nostru, acolo unde se află, poate, inima, sau în apropierea ei, acolo unde se spune că este situat sufletul. Să-l avem cu noi în permanenţă, şi atunci când suntem trişti, şi atunci când suntem supăraţi, şi atunci când suntem fericiţi. El exista, e cu noi.

Credeţi în El şi veţi vedea că minunile se săvârşesc aievea. Aici, chiar sub ochii noştri.

Credeţi şi veţi vedea…

Ce este Flacăra Violetă?

Dezvoltarea spirituală este un proces prin care oamenii obţin o mai bună autocunoaştere şi credinţă în

Dumnezeu. Fiecare fiinţă umană are un corp fizic, o minte şi un suflet. Raportându-ne la acestea putem spune că dezvoltarea spirituală înseamnă să conştientizăm faptul că adevăratul nostru Eu este sufletul (nu corpul sau mintea). Oamenii s-au obişnuit atât de mult să se identifice cu propriul corp sau cu propria minte, încât nu mai pot face distincţia între acestea şi sufletul lor.

Vom reuşi să ne eliberăm mintea doar atunci când vom dori să ne îndreptăm atenţia spre fiecare zonă în care avem suferinţe. Acest lucru nu înseamnă că va trebui să ne împotmolim în întreaga noastră istorie de viaţă, ci doar să ştim cum să le mânuim astfel încât să ne putem elibera de părţi mari şi dureroase din trecutul nostru.

Putem folosi cu uşurinţă meditaţia şi practicile spirituale pentru a suprima şi evita anumite sentimente sau anumite perioade dificile din viaţa noastră. Durerea este greu de atins. Avem nevoie să ne uităm la întreaga noastră viaţă şi să ne întrebăm: „care sunt lucrurile asupra cărora sunt conştient şi care sunt lucrurile pe care le evit?” „obişnuiesc să mă ascund?”, „care sunt domeniile în care mă simt în largul meu şi în care domenii mă simt temător sau constrâns?”

Dacă ar fi să ne referim la diversele metode folosite de-a lungul timpului în scopul autocunoaşterii şi dezvoltării personale am ajunge la concluzia că meditaţia este calea cea mai eficientă şi aici aş putea să dau multe exemple, toţi marii iniţiaţi au abordat această cale.

Flacăra Violetă este o meditaţie, atât interactivă, cât şi integrativă. Cum adică o „meditaţie interactivă”? Simplu – în primele minute ale meditaţiei, după ce te-ai relaxat şi ai intrat deja în starea contemplativă, primeşti prin puterea credinţei tale acel crâmpei de Lumină, cu ajutorul căruia vei „arde” tot ceea ce înseamnă suferinţă, întuneric, durere, în locul lor aducând Lumina, Pacea, Iubilea. După ce ai primit această Luminiţă, acest dar Divin, Dar cu Har,

îl creşti TU, TU singurel, şi cu fiecare expiraţie creşti această Lumină, te învălui în Ea şi apoi, cu ÎNCREDERE ŞI CREDINŢA, o aduci înăuntrul tău, luminându-ţi Sufletul, Mentalul şi Trupul. Cineva, mai experimentat, ar spune simplu: Introspecţie.

Atunci când suntem capabili să ne îndreptăm atenţia spre interior, spre realităţile spirituale din interior, şi nu spre lumea exterioară, descoperim că suntem un crâmpei din Scânteia Divină şi că Dumnezeu se află în interiorul nostru. Şi acest proces, al deturnării atenţiei dinspre exterior spre interior, îl putem face cu ajutorul meditaţiei.

Deci, revenim: primeşti această Luminiţă pe care TU o a eşti, după care o aduci înăuntrul Tău, apoi, cu ajutorul ei, arzi tot ceea ce înseamnă suferinţă şi pentru că TU, TU singur, singurel, vei face toate astea, se numeşte simplu: Meditaţie Interactivă. Asta o deosebeşte de meditaţia contemplativă în care „stai” şi te rezumi la „doar a primi”…

De ce am spus, la început, şi integrativă? Deoarece, în cadrul său, sunt cuprinse o sumă de elemente specifice practicilor Mind Control, Autocontrol, NLP, Artelor Marţiale, Yoga, Qi Qong şi, nu în ultimul rând, elemente de isihasm şi rugăciune.

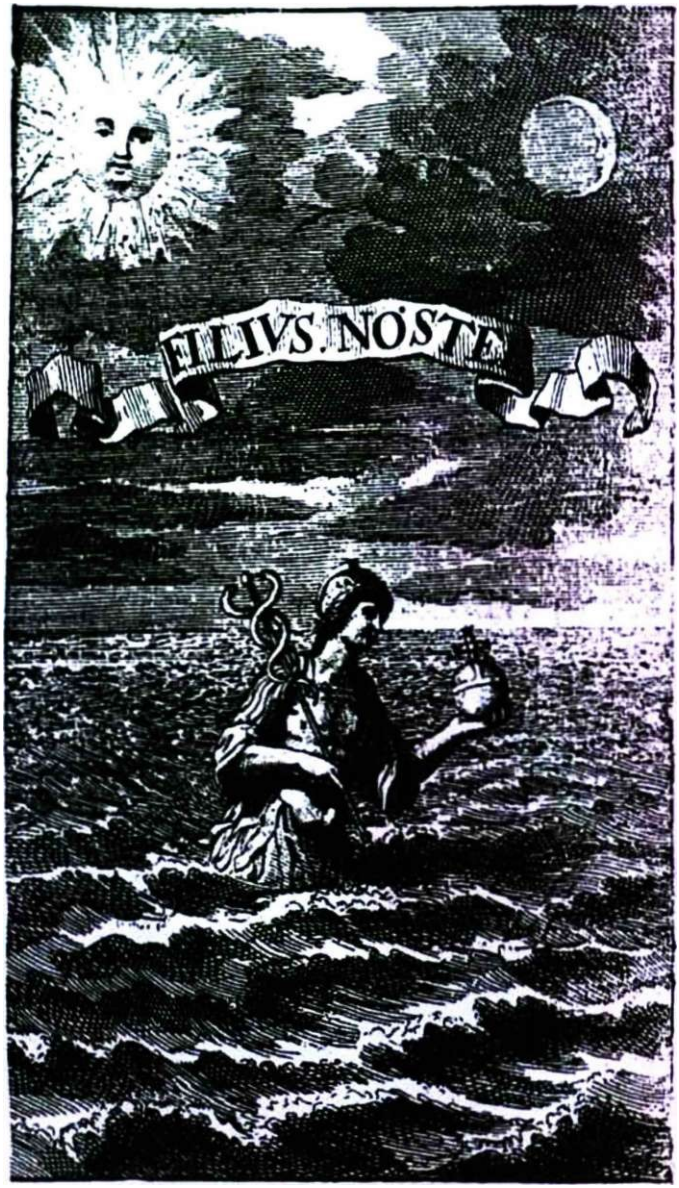
Povestea ei începe în urmă cu aproape 15 ani, când m-am decis să urmez cea de-a doua facultate, profilul Parapsihologic. Aici, în cadrul cursurilor practice şi a schimburilor cu alte Universităţi, am avut şansa să particip la seminariile D-rului Schultz, de la Institutul din Viena, invitat de Prof, univ. Dr. ing. Alexandru Măruţă, pe atunci Decanul Facultăţii de Parapsihologie şi Ştiinţe Cognitive din cadrul Universităţii Ecologice din Bucureşti. El ne-a predat, într-o formă primară, alături de alte ritualuri, şi această meditaţie cu ajutorul Flăcării Violete, care iniţial trebuia să fie o flacără „rece” şi care lucra asupra câmpurilor energetice, purificându-le şi armonizându-le.

Încă de la început, Dan1 a avut încredere şi m-a ajutat mult în adaptarea acestui ritual, datorită Lui am reuşit să fac astăzi tot ceea ce fac. De asemenea, în peregrinările mele am căutat să aduc elemente noi acestui ritual care, aşa cum a venit el iniţial, era destul de fad şi nu avea nicio legătură cu invocarea ajutorului Divin. Am schimbat mult acest ritual după întoarcerea mea din India şi pot spune că îi datorez multe din aceste influenţe Excelenţei Sale Dr. Brahma Suresh Kumar Agarwal, care locuieşte în Tibetul Indian. Domnia Sa a avut amabilitatea de a-mi îndruma paşii şi spre o altă „Cunoaştere”.

În afară de influenţele tibetane, cele din Raja, Agni Yoga şi celelalte practici indiene, primite de-a lungul peregrinărilor mele, în cadrul ritualului am introdus şi elemente de energetică chineză specifice practicilor uzuale de Qi Qong şi Arte Marţiale, în aşa fel încât, în afară de purificare, practicantul să poată avea la sfârşitul ritualului înmagazinată o cantitate suficientă de energie cumulată pe fiecare meridian ce guvernează fiecare organ în parte şi care să-i asigure funcţionarea la parametri optimi, pentru următoarele şapte zile, a întregului organism. De ce şapte zile? Pentru că, de mai bine de opt ani practic regulat această meditaţie, săptămânal, în fiecare zi de joi, între orele 19: 00 şi 21: 00, indiferent de condiţiile climatice, cu un grup de colegi, alcătuit, în medie, din aproximativ 35 de persoane, făcând excepţie de la aceste meditaţii doar perioadele în care am fost plecat din ţară.

De asemenea, de mai bine de şapte ani, o dată pe lună, în cadrul întâlnirii cu cititorii revistei „Lumea Misterelor”, conduc în această meditaţie un grup alcătuit din aproximativ 250 de persoane. De la aceste persoane mi-am permis să strâng şi o parte din mărturiile descrise în această carte, ele fiind cele mai în măsură să decidă rolul benefic al acestei meditaţii. Nu puţini oameni vin de departe, din diferite oraşe ale ţării (Satu Mare, Orăştie,

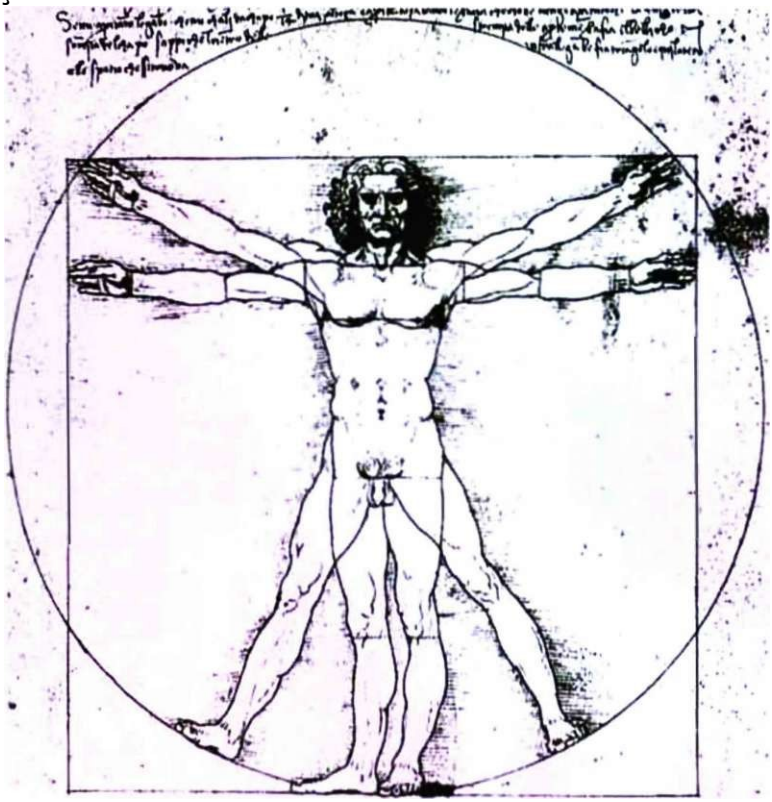
Timişoara, Craiova, Constanţa, sunt numai câteva din localităţile de *f Dl. Dr Dan* Să *veu <\n* unde vin aceşti oameni), cu trenul, ore întregi, doar pentru a putea realiza împreună această meditaţie… Lor li se datorează faptul că această meditaţie se face şi după atâţia ani. Sacrificiul lor, dorinţa de a veni şi încrederea ce au dovedit-o m-au determinat să am



Afx» mrrturtală divină (Baro Urbigerus, Besonderc Chvmische Schriften. *Hamburţ, 170*$) 18

puterea şi motivaţia necesare pentru a merge mai departe, pentru a învinge toate obstacolele, pentru a

continua. Tot ei sunt şi principalul motiv ce a determinat apariţia acestei lucrări…



Leonardo da Vinci (14S2 – 1519) era familiarizat cu ideile n t op la ton şi nu ulu ijlormtin, în special cu cea de Corpus Hermeticum *din traducem» hi Marsilio Ficino.* (Studiu al proporţiilor după Vitruviu*)

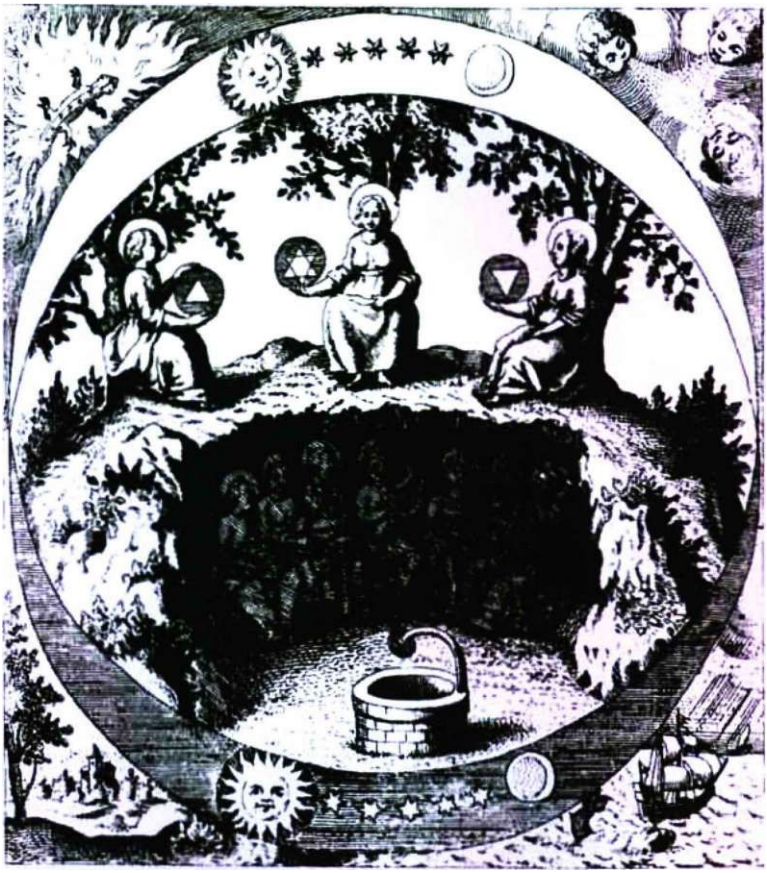
La ce ne poate AJUTA practicarea acestei MEDITAŢII?)

Ritualul „Flăcării Violete” este o formă de meditaţie interactivă ce poate fi folosită atât pentru îndepărtarea energiilor negative, a programelor malefice inoculate sau induse, cât şi pentru corectarea dezechilibrelor energetice

care sunt pe cale de a produce îmbolnăvirea sau au determinat deja instalarea stării de boală în plan fizic Prin urmare, practicarea constantă a acestei meditaţii poate conduce în timp la vindecarea bolilor şi la crearea stării de armonie, atât în interiorul nostru, cât şi în plan exterior, armonizând întreg spaţiul în care ne găsim, întrucât meditaţia purifică puternic, atât în planul energetic, cât şi în planul fizic al lumii manifestate.

Ritualul propriu-zis începe printr-un transfer energetic creat cu ajutorul celui care l-a iniţiat, acesta fiind condus către toţi participanţii la această meditaţie. Fărâma de energie purificatoare primită este percepută iniţial ca o adiere uşoară în palma stângă, care începe treptat să se încălzească. Vizualizând mâna, vom „vedea” la un moment dat, cum în centrul ei apare un punct luminos de culoare galben-auriu, ce începe să crească atât în intensitate, cât şi ca volum. Această Lumină fiind hrănită cu fiecare expiraţie, ea trece de la culoarea galben-auriu la cea de alb-auriu. Apoi, pe măsură ce creşte, se transformă în alb-argintiu, ca în final să înceapă să capete irizaţii violete. Cu cât se măreşte, lumina violetă devine din ce în ce mai intensă, ca mai apoi să capete forma unei flăcări violete, care începe să crească progresiv, cuprinzând toată palma şi, mai apoi, întreg trupul.

Este o flacără minunată, de un violet strălucitor, sublim, o lumină Divină, cu Har, care curăţă, atât în planul exterior (aura), cât şi în profunzime; atât în plan energetic, cât şi în plan fizic şi face ca tot ceea ce ne afectează în mod negativ să fie ars şi îndepărtat. Întunericul, durerea, regretele tardive şi fără rost, boala, ura, invidia fiind cu toate eliminate, aducând în locul lor Lumina, Pacea şi Iubirea.



Eterna Stea a lui David de tapa le produce prin rotaţia elementelor, prin unifinrrta *superiorului şi inferiorului, a focului* (*triunghi cu vârful în ius*) *fi a apei* (*triunghi cu vârful în* sus). *Este rrpmntarta celestă a aurului pământesc, care atei apare sub întruchipare lui Apollo în infern*, printre *ceh fast Muze* iau mey<xlf, (Musaeum Hermetteum» *Frankfurt*. 1749)

Conştientizarea acestui miracol, vizualizarea culorii violet şi asocierea ei cu o lumină purificatoare, Divină, sunt esenţiale pentru reuşita ritualului. De altfel, eficienţa acestuia este determinată, pe de o parte, de priceperea şi dăruirea celui care îl conduce şi, pe de altă parte – poate

lucrul cel mai important ţine tocmai de credinţa, puterea de concentrare şi capacitatea de vizualizare ale practicantului. După conştientizarea şi vizualizarea acestei luminiţe violete, fiecare practicant o creşte în el însuşi şi o ghidează către locul unde el doreşte să cureţe, să lumineze, ea lucrând atât în plan energetic, emoţional, cât şi în plan fizic.

Ce ar trebui să cunoaştem ca să înţelegem cât mai Bine cum Funcţionează Meditaţia cu Flacăra Violetă?

Introducere în elementele esenţiale de care ar trebui să ţinem seama pe parcursul meditaţiei

atmosfera-ambientul

Ritualul de purificare este bine să se desfăşoare într-o atmosferă plăcut înmiresmată, la lumina lumânărilor şi pe un fond muzical relaxant, cu elemente onomatopeice, ales cu grijă, pentru a facilita extincţia câmpurilor energetice individuale, integrarea microcosmosului în macrocosmos şi „adăparea” din rezervorul energetic Universal (Cer şi Pământ). Participanţii sunt invitaţi să-şi liniştească mintea şi să invoce ajutorul Divinităţii, al îngerilor, Arhanghelilor, Elohimilor şi Sfinţilor cărora obişnuiesc să se roage sau al Ghizilor Spirituali, să cheme acele fiinţe de Lumină în care cred şi despre care ştiu că-i ajută, care sunt alături de ei atât la bine, cât şi la greu.

meditaţia în natură

Ai simţit deseori, fziră îndoială, aflându-te în mijlocul naturii, un sentiment de odihnă profundă, atât a minţii, cât şi a spiritului. Ca orice corp viu, natura absoarbe şi eliberează energie. Energia circulă în natură aşa cum circulă în oameni sau animale.

Sentimentele de linişte, de pace interioară pe care ni le oferă natura sunt insuflate prin intermediul energiei ei, care acţionează benefic asupra energiei noastre.

Qi Qong, cu o veche tradiţie îndelungată în medicina energetică orientală, ne oferă multe exerciţii pentru conectarea la energia vitală a naturii. Putem atrage în corpul nostru această energie în mai multe moduri, dintre care vom expune câteva în cele ce urmează:

din pământ, prin tălpi şi picioare;

din aer, prin respiraţie cu absorbţie totală, prin deschiderea porilor sau cu ajutorul palmelor;

din copaci, prin contactul cu palmele.

Voi prezenta în continuare un exerciţiu foarte răspândit şi uşor de realizat:

Pune-ţi palmele de o parte şi de cealaltă a trunchiului unui copac. În această poziţie, vizualizează un flux de energie care trece din copac în corpul tău prin palme. Acest flux de energie circulă prin tot corpul, ajunge la picioare, apoi este eliberat în pământ. O variantă a acestui exerciţiu este aceea de a vizualiza un flux de energie care intră în corpul tău din copac prin mâna stângă, apoi este eliberat înapoi în copac prin mâna dreaptă.

O mare cantitate de energie se găseşte pe vârfurile mai puţin accesibile ale dealurilor şi munţilor. Energiile stocate aici sunt pure, neatinse, spre deosebire de energiile din văi care se amestecă într-o ceaţă densă. De aceea, în vârful unui munte gândim mai clar, avem un sentiment de înălţare. Aflându-te în vârful unui munte şi privind în jos, vei simţi diferenţa netă între cele două zone de energie.

Încearcă un alt exerciţiu de încărcare în mijlocul naturii. Într-un spaţiu deschis, acoperit cu iarbă, întinde-te cu faţa în jos. Stai lungit (a), cu picioarele şi mâinile întinse, astfel încât toate Chakrele să fie în contact nemijlocit cu pământul. În această poziţie, imaginează-ţi că te eliberezi de energiile negative din corpul tău şi că toate Chakrele primesc de la pământ energie pozitivă. Conştientizează că ai tot ceea ce îţi trebuie şi că eşti liber

să faci ceea ce doreşti. După câteva minute petrecute în această poziţie, te vei simţi plin de energie.

Relaxarea depinde în special de trei aspecte:

Încearcă să fii cât mai „transparent”: sentimentele şi gândurile trebuie să fie calme, complet liniştite;

articulaţiile corpului să se găsească într-o stare cât mai destinsă: se relaxează muşchii gâtului, umerilor etc.

relaxarea organelor interne.

Starea de relaxare nu trebuie privită ca o stare de apatie a corpului şi a spiritului, ca o stare de moliciune totală. Vei urmări mai multe aspecte:

tălpile şi palmele trebuie poziţionate ferm şi stabil; vei elimina orice tendinţă de mişcare a corpului, capul va atârna uşor, natural;

muşchii corpului nu trebuie să fie tensionaţi, sângele şi fluidele curg natural prin corp.

Prin exerciţiu, se ajunge să se perceapă această curgere a fluidelor.

Întreg corpul devine „altceva”: nu există nicio tensiune, gândurile care distrag atenţia sunt complet eliminate, tot corpul este liniştit şi se simte confortabil.

Aceste stări apar în mod obiectiv, de la sine, odată cu avansarea în practică, în mod spontan» De aceea, ele nu trebuie urmărite, nu trebuie chemate să apară; în felul acesta, atenţia nu este perturbată de la scopul iniţial. Pentru destinderea mentalului şi a sentimentelor, este necesară foarte multă practică. Această etapă coincide cu trecerea practicantului peste un nou prag evolutiv, în momentul în care tensiunile care există în mental se elimină, se atinge starea de relaxare. Articulaţiile şi muşchii se vor relaxa;

Întregul corp va fi moale şi relaxat, destins, instalându-se astfel o stare de linişte şi pace interioară.

După relaxarea mentală şi a corpului, avansând în exersare, se obţine relaxarea organelor interne. Acest pas

este în strânsă legătură cu tot ceea ce facem, ce gândim, ce atitudine şi ce obiceiuri avemobiceiul fumatului va fi eliminat fără discuţie, pentru că nicotină irită alveolele pulmonare şi întregul aparat respirator. De asemenea, alcoolul este dăunător, pentru că duce k apariţia confuziei mentale. O masă prea bogată nu permite relaxarea stomacului; nu se impune renunţarea la mâncare înainte de meditaţie ci o alimentaţie moderată.

Atunci când se va atinge un anumit nivel în exersare, cantitatea de mâncare va fi substanţial redusă în mod natural, nu impusă din afară. Corpul nostru se va mulţumi cu cât mai puţine alimente, şi numai cu alimente naturale, pe cât posibil neprocesate, acestea fiind necesităţile după atingerea unei stări superioare de practică. În acest mod se va obţine relaxarea organelor interne (stomac, rinichi, plămâni, inimă etc.).

Pentru a obţine o stare de relaxare perfectă, practicantul trebuie să atingă starea de linişte perfectă. Există mai multe stadii care trebuie parcurse pentru a ajunge la starea supremă. Astfel:

liniştit: când se îndepărtează toate gândurile care distrag atenţia, iar sufletul este senin;

calm: când respiraţia este uniformă, iar energia se răspândeşte armonios în tot corpul;

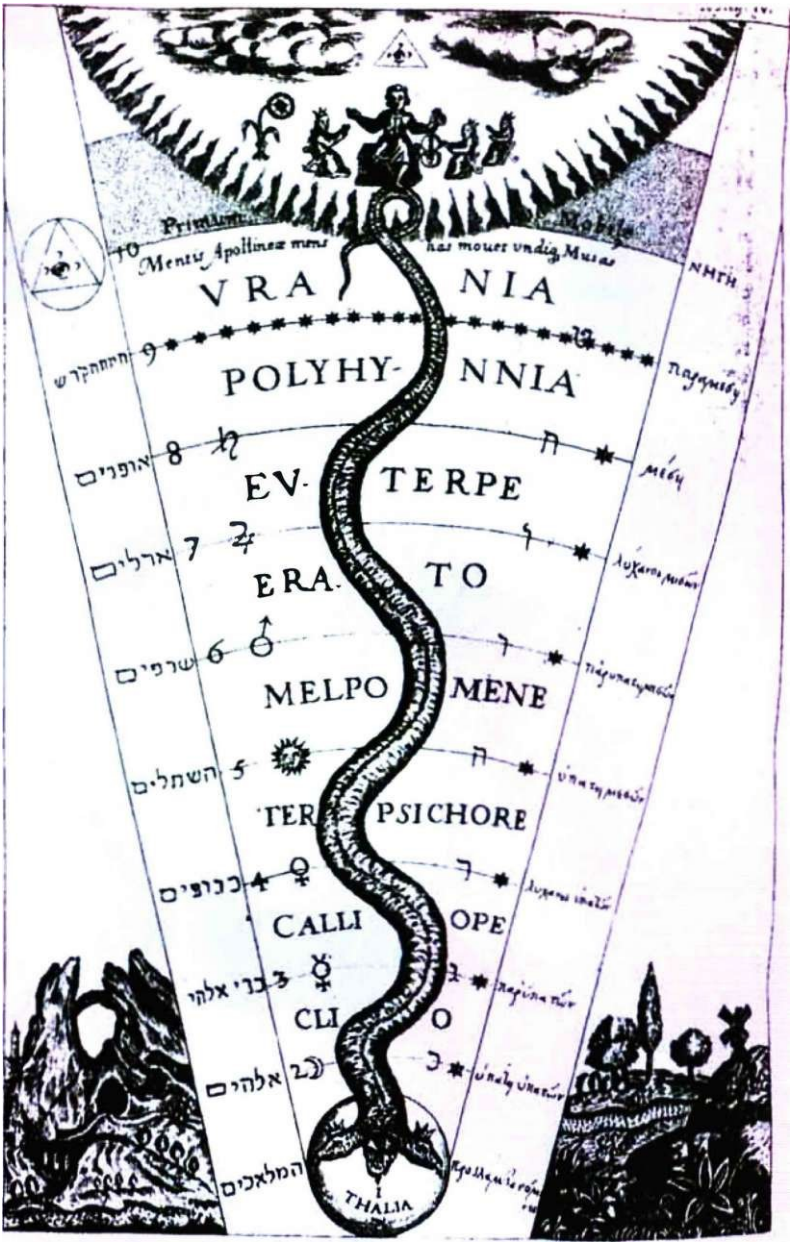
Împăcat: când corpul este relaxat şi se comportă natural, iar mintea se umple numai de gânduri plăcute;

Instalarea liniştii: când orice gând care poate distrage atenţia este îndepărtat foarte repede. (în cazul în care în timpul meditaţiei apar gânduri sau imagini ce te pot distrage, ele nu trebuie să te afecteze în niciun fel, nu trebuie să te încordezi pentru a le îndepărta, pentru că vor dispărea de la sine, topindu-se în oceanul gândurilor.)

apariţia vidului: când apare o stare de confuzie, poziţia corpului nu mai este conştientizată şi nici locul în care exersezi; parcă s-ar topi în ceaţă. Este ca şi cum

corpul ar fi vid.

liniştea adevărată: când nu numai corpul este vid, ci şi mediul înconjurător;



Faptul că cele nouă sfere au fost atribuite ce for nuud Muze a fost urmarea unei viziuni armonice a neo-pi

ta *ga* rea *nu lui* Marţianul *Copt/fa* (*tec*, al *V-lea* o *t*

Armonia este condusă de Ap ollo, fort a primară. Şarpe/e egiptean aiforţei vitale *curge ritmic printre* (*fere. Cele trei capete ale sale reprezintă trinitatea dixnnă în cele trei dimensiuni ale spaţi*ului şi *cele trei aspecte ale timpulu*i; *Tragedia este atribuită soarelui, iar comedia, pământului*.

(A Kircher, Ars mW*» lucis, Roma, 1665)

liniştea efectivă: când parcă pătrunzi într-un alt univers, străin, dar totuşi cunoscut: în acest moment, apare o stare de senzitivitate extremă.

Starea de linişte trebuie înţeleasă sub trei aspecte complementare:

liniştea mediului;

liniştea corpului;

liniştea mentalului.

În ce constă liniştea mediului? Practicantul trebuie să se afle într-un mediu familiar, singur într-o încăpere sau în mijlocul naturii. Dacă va exersa în casă, camera aleasă trebuie să fie bine aerisită, toate obiectele care ar putea perturba concentrarea (televizor, radio etc.) trebuie închise. De asemenea, corpul trebuie să fie bine pregătit pentru o bună exersare. Se va căuta eliminarea din corp a tuturor reziduurilor: se vor goli intestinele şi vezica urinară (astfel încât pe toată durata exerciţiilor să nu apară nevoi fiziologice).

În general, La început, apar dificultăţi în păstrarea stării de linişte a mentalului. Poţi intra lesne într-o stare de linişte propice meditaţiei dacă te gândeşti la ceva frumos (imagine plăcută, lucru sau fiinţă dragă), încercând să aduni întreg mentalul într-un punct.

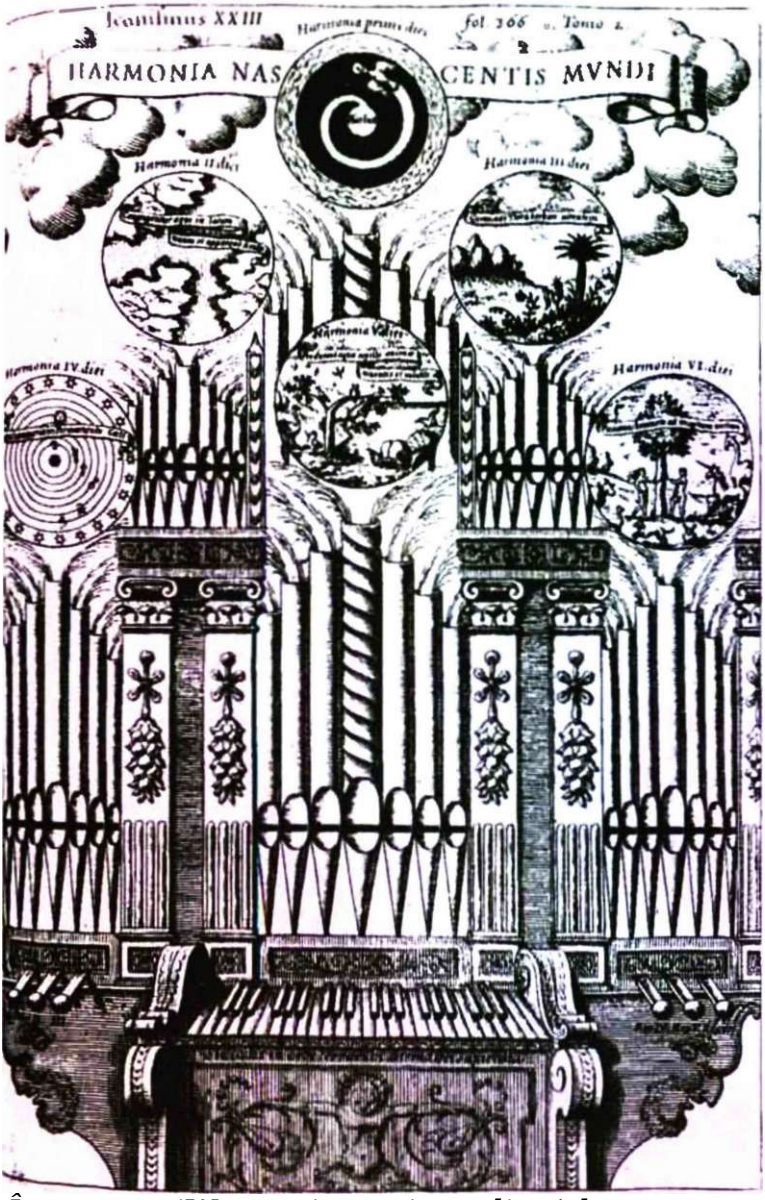
În timpul practicii, nu trebuie să existe nici cea mai mică urmă de forţare, totul fiind firesc, natural, de la momentul şi locul exersării, până la mental, trecând prin naturaleţea posturii şi a respiraţiei.

poziţia de baza i în orice tip de meditaţie, indiferent că vorbim de meditaţiile din Artele Marţiale, de tip *Qi Qong*, sau *Yoga*, toate sunt legate de o anumită poziţie, de o anumită stare de relaxare musculară şi de contactul cu pământul. Bineînţeles că şi în cadrul meditaţiei noastre poziţia corpului este foarte importantă.

Există o anumită postură folosită cu succes în practicarea ritualului de purificare cu ajutorul Flăcării Violete, datorită, în primul rând, comodităţii sale. Aceasta este simplă; şezând pe un scaun, având spatele drept, cât mai relaxat, dar fără a atinge iniţial spătarul scaunului (dacă se poate, măcar primele trei minute), pentru a nu comprima traiectele canalelor energetice şi a permite energiei să curgă liber prin aceste canale. Încearcă să adopţi această poziţie măcar pentru primele două-trei minute, după care te poţi lăsa liniştit pe spate, adoptând o poziţie cât mai comodă. Umerii trebuie să fie puţin aduşi, relaxaţi, capul uşor plecat, privirea înainte, atingând parcă solul la circa trei metri în faţă, ochii închişi sau semiînchişi, iar vârful limbii să atingă baia dinţilor incisivi superiori, asigurând astfel continuitatea canalului energetic principal.

Destinderea, renunţarea la gândurile lumeşti şi un uşor surâs pe buze vor contribui la intrarea în rezonanţă cu starea generală de bine. Braţele se ţin pe lângă corp, palmele se odihnesc pe coapse, poziţionate cu faţa în sus şi relaxate, tălpile sunt paralele şi depărtate la o distanţă egală cu nivelul umerilor şi, în cazul în care poţi să te descalţi, buricele degetelor vor „strânge* puternic solul. Abdomenul inferior şi muşchii fesieri sunt uşor încordaţi. Dacă această postură nu este suficient de comodă şi eşti încordat (a), poţi aborda o poziţie în care să te relaxezi mult mai bine, întrucât relaxarea şi eliberarea de griji stau la baza condiţiei esenţiale pentru obţinerea unui rezultat cât mai eficient. Este totuşi important ca pe toată durata

ritualului spatele să fie menţinut drept şi membrele să nu fie încrucişate. De asemenea, este bine să cauţi ca ţinuta să fie cât mai lejeră (şireturile pantofilor să fie desfăcute, la fel, cureaua şi nodul de la cravată), astfel încât să nu existe niciun element care să te perrurbe, în vreun fel sau altul.



În a se jWusurgia univenalis (despre puterea şi efectul miraculos ale consonanţelor fi disonanţelor). Kirebera promovat idee» de Dumnezeu ca nganist şi*

creator de ergt fi a comparat munca din ziua a iasca a creaţiei cu ctle fase registre alt unei orgi cosmice. Ca şi Fiu de. Kireber a împărţit diversele zone ale Cerurilor şi ale Pământului în octave. Arta organistului opârtăf iniţială în acord eu îl\ *patru elemente*. (AKincher, Musurgia universali». Roma. 1650)

RESPIRAŢIA

I în cele ce urmează voi încerca să vă familiarizez cu abordarea termenului generic de „respiraţie”, văzut din punct de vedere ăl mai multor curente, sisteme şi şcoli energetice. Este foarte important să înţelegem că respiraţia nu înseamnă doar umplerea plămânilor cu aer, ea reprezintă mult mai mult decât atât Prin respiraţie absorbim şi eliminăm un anumit tip de energie. Chinezii spun că plămânii se umplu cu energie *Yang* Adevărat din Univers şi elimină energia *Yang* viciată.

Există mai multe metode de respiraţie ce pot fi abordate şi ca etape de evoluţie, parcurse succesiv. Aceste metode vor fi exersate zilnic, cel puţin o jumătate de oră, dimineaţa la răsăritul Soarelui. În general, rezultatele se observă după o practică îndelungată, sănătatea şi vitalitatea câştigându-se în timp, printr-o practică riguroasă.

Tipuri de respiraţii vindecătoare

Aceste tipuri de respiraţii sunt specifice artelor marţiale şi sistemelor de bază *Hota yoga* şi *Qi Qong*. Firesc, în cele ce urmează, voi încerca să fac doar o scurtă prezentare a acestora, urmând ca cei interesaţi să caute să aprofundeze stilul pe care îl consideră potrivit propriilor nevoi. Doresc să specific faptul că, în cadrul meditaţiei cu Flacăra Violetă, vei parcurge numai o parte dintre aceste tipuri de respiraţii vindecătoare.

Starea de conştientizare este etapa premergătoare respiraţiei. Devii, astfel, conştient (a) de propriul corp şi de punctele de contact pe care le ai cu pământul. Dacă eşti

culcat (a), încearcă să simţi punctele de contact dintre corpul tău şi pământ, întâi separat şi apoi simultan. Dacă eşti în picioare sau te-ai aşezat pe un scaun, încearcă să simţi contactul direct prin tălpile tale. Dacă te afli într-un parc sau undeva unde poţi să te descalţi şi să ai, astfel, contact direct cu pământul, încearcă să „înfigi” degetele, fixându-te astfel bine de pământ.

Etapa I: respiraţia directă

Gura este puţin deschisă în momentul expiraţiei. Dinţii trebuie să fie perfect aliniaţi unii deasupra celorlalţi. Vârful limbii se sprijină de cerul gurii, la baza dinţilor incisivi. Inspiraţi pe nas şi veţi observa că abdomenul se dilată. Expiraţia se face cu gura deschisă: limba rămâne în aceeaşi poziţie, iar abdomenul se contractă. Conştientizează respiraţia, valul ei energetic ce intră şi iese din plămânii tăi, trecând prin spaţiul cuprins între abdomen Chara) şi gât. Odată cu inspiraţia, suflul energetic se ridică de la abdomen spre gât, la expiraţie coboară de la gât la două degete sub ombilic. Nu trebuie să forţezi suflul, ci doar să devii conştient (a) de el. Este bine ca acest tip de respiraţie să se facă în fiecare dimineaţă, începând cu trei reprize. Prin exerciţiu, puterea plămânilor creşte, iar durata lui poate fi mărită, în timp, până la douăzeci şi una de reprize.

Etapa a II-a: respiraţia ciclului mic *Yin-Yang*

(specifică Micului Circuit Ceresc)

Acest tip de respiraţie ajută la vindecarea bolilor de plămâni, de stomac, de intestine, favorizând funcţionarea normală a inimii. Rezultatele apar în general după o practică zilnică timp de trei luni.

Micul circuit ceresc permite circulaţia energiei într-un circuit închis în partea superioară a corpului. *Yin* este partea ventrală a corpului, *inâyartg* partea dorsală. Prin respiraţia ciclului *Yin-Yang*, abdomenul se dilată în momentul inspiraţiei şi se contractă în momentul

expiraţiei. Acest tip de respiraţie se realizează doar pe nas.

Energia este condusă prin corp pe următorul traseu: pe timpul expiraţiei, din creştetul capului (punctul denumit de chinezi *baihui,* aproximativ acelaşi ca poziţie cu „lotusul cu o mie de petale”, denumit*Sahasrar a Chakra* sau *Brahma Chakra*) coboară de-a lungul pieptului până la dantianul inferior: pe timpul inspiraţiei fesele se contractă uşor, iar energia va fi dirijată mental din dantian prin mingmen, în continuare urcând prin coloana vertebrală şi revenind la *baihui*.

Respiraţia este naturală, lentă, destinsă şi automată, foră control sau efort Atunci când exersezi în picioare, degetele de la picioare vor „strânge” pământul. Această poziţie permite energiei să urce către partea superioară a corpului şi, pentru că multe meridiane energetice au punctele terminus situate pe degetele de la picioare, va influenţa pozitiv energia celor cinci viscere.

Etapa a III-a: respiraţia ciclului mare *Yin-Yang*

(specifică Marelui Circuit Ceresc)

Are efecte benefice asupra inimii, plămânilor şi stomacului, precum şi asupra sistemului nervos.

Această etapă presupune, cum am amintit deja, parcurgerea primelor două. În acest moment eşti deja familiarizat cu primele metode de respiraţie, Prin Marele Circuit Ceresc, energia va trece şi în partea inferioară a corpului. Vei trage aer în piept pe nas şi-l vei scoate pe gură. Când tragi aer, abdomenul se dilată, iar când elimini, abdomenul se contractă. În momentul expiraţiei, energia se deplasează din vârful capului către dantian, apoi şi mai jos, până în centrul labei piciorului [*yonquan*,). Când inspiri, energia va ieşi din centrul labei piciorului, va urca de-a lungul picioarelor, în continuare pe coloana vertebrală şi ceafo, stabilindu-se în vârful capului. Anusul este contractat în momentul inspiraţiei. Dacă exerciţiul se realizează în picioare, tălpile vor fi paralele, având între

ele o distanţă echivalentă cu lăţimea umerilor, iar buricele degetelor vor strânge solul.

Pentru a obţine rezultate palpabile, este necesar ca respiraţia Marelui Circuit Ceresc să fie exersată vreme de aproximativ o jumătate de an.

Etapa a I V-a: respiraţia naturală

Ajută la vindecarea indigestiilor şi la funcţionarea cât mai normală a organelor interne.

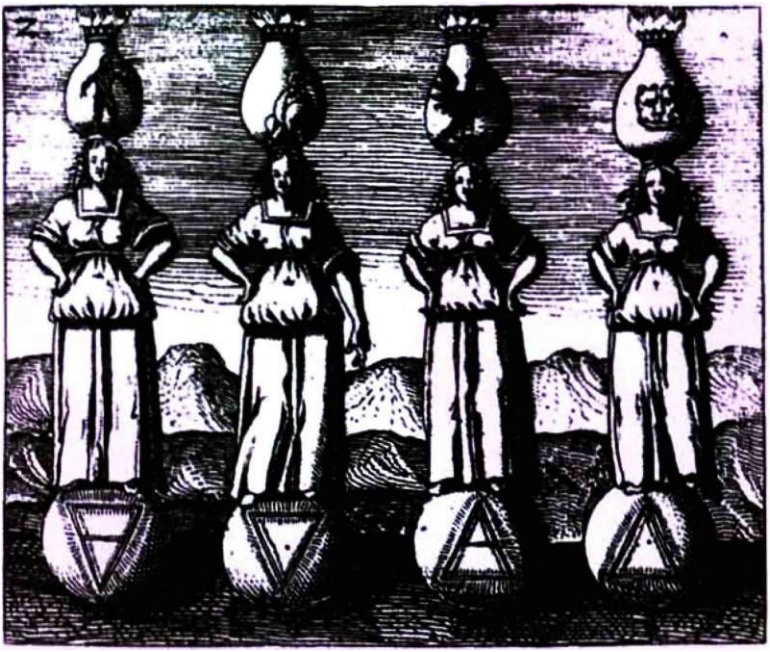
Mai este numită şi „respiraţia curgătoare”. Este identică cu respiraţia directă (în momentul inspiraţiei, abdomenul se dâlată, iar în momentul expiraţiei, abdomenul se contractă). Pentru că respiraţia naturală reprezintă o etapă superioară în exersarea respiraţiei, ea se va face cu o mai mare profunzime. Graţie acestui exerciţiu, organele interne vor funcţiona mult mai armonios.

Parcurgerea celei de-a patra etape presupune exerciţii timp de aproximativ două luni.

Etapa a V-a: respiraţia laringelui

Scopul exersării acestui tip de respiraţie este antrenarea organelor interne pentru o funcţionare optimă. Atât inspiraţia, cât şi expiraţia se fac pe guri.

Pe timpul respiraţiei laringelui, deschide larg gura, absorbind puternic aerul. Prin această deschidere, respiraţia devine mai profundă. Odată cu aerul introdus, se absoarbe şi o importantă cantitate de energie (*chi*). În momentul expiraţiei, abdomenul se dilată, iar în momentul inspiraţiei, abdomenul se contractă. Anusul se contractă uşor în momentul inspiraţiei. În felul acesta, energia circulă în întreg corpul.



*Corespondente celor patru dement** (*de la stânga la dreapta pământul, apa, aerul* fifa*!) *sunt cele patru fu* din turrorta alchimi*că şi *cele patru grude ale/veuhti,* (*iX & tolciM* von* Stouen*rerg, Vindarxum chymieum,* Frankfurr, 1624)

Respiraţia laringelui se va exersa timp de trei luni, în şapte reprize zilnice.

Etapa a VI-a: respiraţia internă

Vechii maeştri orientali de *Qi Qong* mai numeau respiraţia internă „respiraţia adevărată” sau „respiraţia embrionară”, prin asociere cu respiraţia foetusului. Pe timpul sarcinii, fătul respiră prin intermediul cordonului ombilical De aceea, acest tip de respiraţie trebuie realizat fără zgomot, respirând aşa-zis embrionar. Respiraţia este completă. Se umplu de aer atât plămânii, cât şi abdomenul. Când inspiri, energia se deplasează, cu ajutorul mentalului, din centrul labei piciorului (punctul *yongquan*\ pe coloana vertebrală, până în vârful capului

(punctul *baxhui*). Expiraţia conduce energia înapoi din punctul *baihui,* prin dantian, până la punctul *yongquan*.

Respiraţia internă se va exersa vreme de zece luni, în serii de câte douăzeci şi patru de reprize zilnice.

RESPIRAŢIA SPECIFICA

j

FLĂCĂRII VIOLETE

Respiraţia pe care o abordăm în cadrul meditaţiei cu Flacăra Violeta este mult mai simplu de realizat. Important este să fii relaxat, să poţi intra în acea stare de vibraţie, specifică domeniului *Atfa*>.

Dacă dorim să o „vizualizăm”, respiraţia ar putea fi asemuită apelor molcome, liniştite, dar adânci şi puternice ale unui fluviu. Ea ne fconferă starea de relaxare, ajutându-ne să trecem „dincolo de Porţiu.

În primele minute este bine să ne concentrăm doar asupra Inspiraţiei, să vizualizăm traseul aerului din momentul în care acesta pătrunde în trupul nostru, dar şi fiecare organ în parte, traversat de aer. După ce ne-am focalizat întreaga atenţie asupra inspiraţiei, aceasta va fi îndreptată apoi uşor, uşor, către expiraţie. *Cu fiecare expiraţie devenim din ce în ce mai relaxaţi, mai relaxaţi. Acum simţim o uşoară căldură ce ne pătrunde întregul trup, simţim că peste noi se aşterne o stare de linişte fi pace* interioară într-un cuvânt, încet, încet, ajungem să vibrăm în armonie cu întreg Universul

Pe parcursul întregii meditaţii te vei concentra asupra expiraţiei. De câte ori doreşti să creşti „flacăra”, vei expira. Nu ascund faptul că, în toate tehnicile energetice, în momentul în care doreşti să îţi extinzi câmpul vibraţional, vizualizarea este completată de procesul de expiraţie. Astfel, în timp cel mental, vei vizualiza creşterea flăcării, în plan fizic vei expira lent.

Trebuie, totuşi, să ţii seama că procesul de respiraţie este un adjuvant şi nu trebuie să te gândeşti sau să te

concentrezi în permanenţă asupra lui. Importantă este starea de relaxare, de armonie, de conştientizare a scânteii Divine care se regăseşte în fiecare dintre noi.

Vezptagma 188

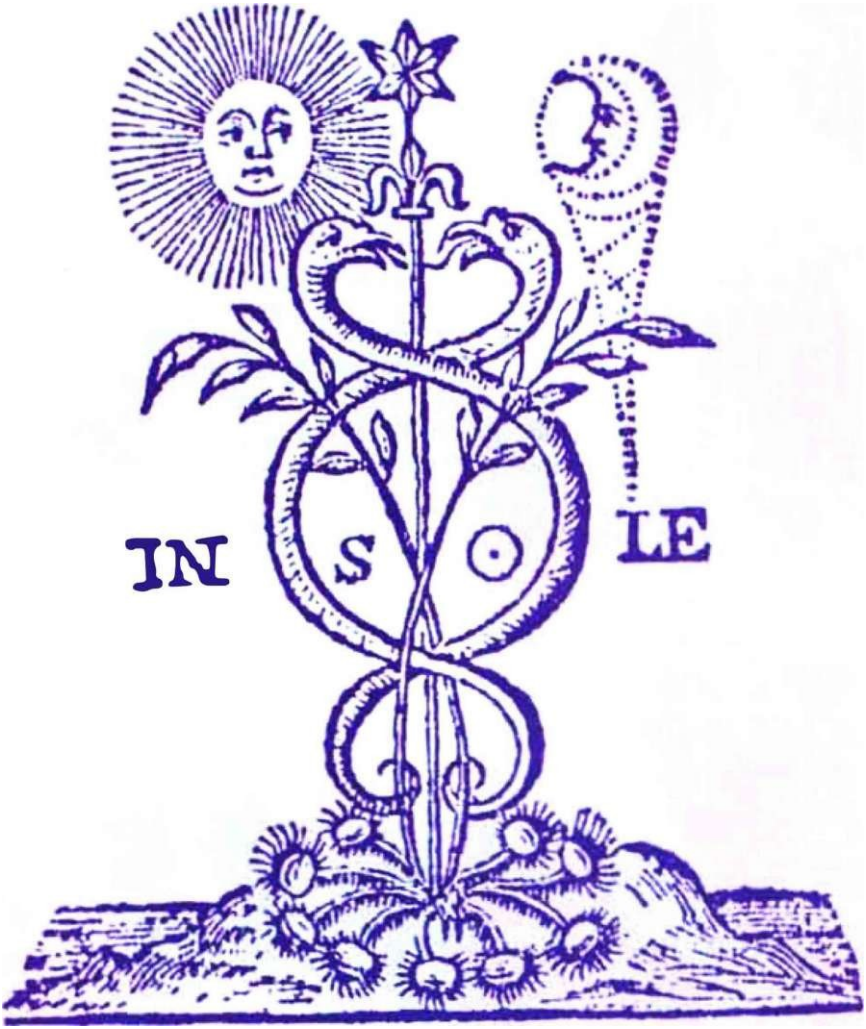
TRANSFERUL ENERGETIC.

SACRIFICIUL (darul celui ce iniţiază ritualul de grup)

Ritualul colectiv propriu-zis începe printr-un transfer energetic al celui care îl conduce către toţi participanţii la el. La rândul său, primeşte această energie de la Divinitate.

Totul se face cu acordul Divinităţii, al bunului Dumnezeu, al lui Iisus Fiul şi al Sfântului Duh.

Fărâma de energie purificatoare primită este percepută iniţial ca o furnicătură în palmă; în scurt timp, palma începe să se încălzească, iar la un moment dat în centrul său apare un punct violet care se măreşte, luând forma unei flăcări de aceeaşi culoare. Aceasta începe să crească progresiv, cuprinzând toată palma. Este o flacără minunată, de un violet strălucitor şi sublim, o Lumină Divină, care purifică atât în exterior, cât şi în interior, atât în plan fizic, cât şi în plan energetic. Ea face ca tot ceea ce ne afectează şi tot ceea ce ne doare să fie ars şi eliminat, lăsând în urma ei doar lumină şi puritate, Aşa cum am amintit în primele pagini ale cărţii, am primit acest ritual într-o formă primară, în primii ani de facultate, de la doctorul Schultz şi de la Prof, univ. Dr. Ing. Alexandru Măruţă. De atunci s-au scurs aproape cincisprezece ani, timp în care l-am practicat şi l-am predat poate la mii de „studenţi”, având un auditoriu divers, de la cursurile cu psihoterapeuţi, medici şi până la întâlnirile lunare cu cititorii revistei *Lumea Misterelor*.



Sigiliu al lab Oborului spagiric mă ol una, fondat în 1921 de poetul şi păpuşarul de umbre Alexander v-n Bertius, la Stift Neuburg, lângă Heidelberg, ţi continuat, câţiva ani mei târziu, (n Stuttgart. Potrivit lut Bernus, se & giria iatrocbimica, care datează de la Par acelsus> se referă la acel tip de vindecare care în cât de* atât *homeopatic complexă cât şi biochimii fi trece dincolo de ea însă}* îi cărit pe de o porte, cuprinde întregul fond de

medicamente alantbelor, iar, pe de altă parte, îi oferă organismului bolnav ingredientele indicate, în [...] *o formă d esc bis A* fi, astfel, asimilabilă, de felul mai ales al metalelor, semimetalelor fi mineralelor\ Ateste medica mente, potrivit lui B emu şi au efect prin carpulfluid» sau e feric* invizibil al omului-fiind, astfel, capabile să pună în mifeare Jbrţf Vindecătoare, fără a împovăra organismul cu substanţe otrăvitoare fi a-i face acestuia un rău de durată, ca el să se poată reorganiza Singur** (Von Bertujz %*Alebymtt und Hetlkunst*, Srucrgan, 1936)

FORŢA IMAGINAŢIEI

I»

Imaginaţia se fixează punctiform vizat, nu lucrează prin intermediari.

Dacă îţi vei completa puterea imaginaţiei cu puterea credinţei şi încrederea că dorinţa ta se va realiza, urmează doar aşteptarea hotărâtă a realizării. Astfel, dacă înveţi să îţi imaginezi cât mai viu scopurile, să vezi, să simţi, să guşti, să pipăi, să atingi ţelul propus, atunci vei obţine tot ce vrei. „Dacă voinţa şi imaginaţia ajung la un conflict – spunea Emilie Coué întotdeauna imaginaţia este cea care iese învingătoare”.

Dacă vei încerca doar să te gândeşti să scapi de un obicei prost, probabil te vei păcăli. Dacă îţi doreşti aceasta într-adevăr, atunci cu siguranţă vei scăpa. Ar trebui să-ţi doreşti mai mult avantajele care ar rezulta scăpând de un obicei, decât abandonarea ca atare a obiceiului. Dacă vei învăţa să-ţi doreşti cu tărie suficientă aceste avantaje, te vei elibera de obiceiul „involuntar”.

Concentrarea asupra abandonării obiceiului, precum şi decizia în acest sens te leagă şi mai mult de acel obicei. Se aseamănă oarecum cu decizia fermă că din acest moment vei adormi – decizie care, dimpotrivă, te va ţine treaz.

Dacă vrei să îţi diminuezi pofta de mâncare, pentru

început va trebui să revezi problema privită din exterior, analizând-o detaşat, ca şi cum ai face-o pentru altcineva.

Care este problema: mănânci prea mult, de poftă sau de nervi, la ore sau lângă persoane nepotrivite, faci prea puţină mişcare sau dragoste sau din toate câte ceva?

Poate că problema depinde nu atât de cantitatea, cât de calitatea necorespunzătoare a alimentelor sau a companionului, sau în acest capitol ou fost descrise tehnici specifice metodei de autocontiol predate de

Or Dan Seracu.

a orelor alese. Cel care îţi dă răspunsul poate fi medicul, dieteticianul sau bioterapeutul de familie (vezi *Bioterapeutul de familie* – M. Firu şi D, Seracu).

De ce vrei să slăbeşti? Eşti atât de gras (a) încât îţi periclitezi sănătatea, ori vrei să devii mai atractiv (a), slăbind? Ambele motive sunt bune pentru a slăbi, dar trebuie să te decizi asupra celui adevărat şi puternic, pentru a şti la ce avantaje să te aştepţi.

Dacă ai ajuns să mănânci ponderat, dacă faci mişcare suficientă şi ai doar un uşor surplus de greutate, atunci (exceptând cazul când medicul îţi recomandă expres să slăbeşti) e preferabil să rămâi aşa cum eşti. Să îţi modifici greutatea ar necesita un efort inutil faţă de câştigul pe care l-ai putea obţine. Probabil că ai probleme mult mai importante în viaţă pentru care să îţi foloseşti energiile, decât pentru a scăpa de câteva kilograme în plus.

Dacă eşti într-adevăr decis (a) să slăbeşti şi ştii pentru ce o faci, atunci pasul următor este să-ţi analizezi prin prisma simţurilor avantajele ce vor rezulta în urma slăbirii. Nu lua în seamă doar avantaje generale, ca de pildă, „voi arăta mai bine”, ci concret, folosind toate cele cinci simţuri de care dispui.

De exemplu:

Văzul – caută o fotografie mai veche în care eşti atât de slab (a) pe cât doreşti să devii.

Auzul – încearcă să-ţi închipui ce vor zice oamenii când te vor vedea aşa slab cum ţi-ai propus să fii.

Gustul – închipuie-ţi aroma gustativă a acelor mâncăruri care pot figura din belşug în noul meniu adecvat scopului propus.

Mirosul – gândeşte-te la aroma acestor mâncăruri.

Pipăitul – închipuie-ţi cât de netede îţi vor fi braţele, pieptul, abdomenul, şoldurile, pulpele, dacă vei slăbi.

Şi totuşi, nici aceste cinci simţuri nu sunt suficiente pentru a putea vizualiza profund. Esenţiale sunt şi sentimentele. Închipuie-ţi cât de minunat te vei simţi după ce vei da jos kilogramele dorite!

Având toate acestea în minte, realizează un ecran mental şi proiectează-ţi pe el imaginea actuală, cea pe care vrei să o schimbi. Lasă să dispară această imagine în trecut (stânga), iar în dreapta împinge o imagine (poate fi o fotografie mai veche) în care arăţi aşa cum doreşti să devii după cura de slăbire.

Cât timp te observi (mental) în această ipostază, încearcă să-ţi imaginezi cu cât mai multe detalii cum te vei simţi când vei fi atât de slab (a)? Cum te vei simţi când te vei apleca să îţi legi şireturile? Dar când urci scările? Dar când vei reuşi să scapi de aceste haine? Când poţi din nou să te plimbi pe plajă? Ce vrei să simţi faţă de tine însuţi dacă vei reuşi? Să nu îţi pară rău de timpul pe care îl cheltuieşti cu toate acestea. Treci senzaţiile prin toate cele cinci organe de simţ, gândindu-te pe rând la câte un singur lucru, aşa cum am amintit mai sus, şi simte-te cât mai bine.

Acum, tot mental, treci în revistă meniul obişnuit – nu numai ce conţine el, dar şi cât şi cum mănânci de obicei – şi alege mâncărurile ce pot fi consumate între mese (de exemplu, morcovi). Spune-ţi: „Corpul meu nu are nevoie de mai multă mâncare, nu va simţi foame şi nu va trimite semnale să primească supliment”. Fii atent (a) ca pe timpul meditaţiei să nu apară imagini ale mâncărurilor ce

trebuie evitate!

În timpul acestui program de slăbire, este de o importanţă deosebită să îţi fixezi un ţel real. Dacă ai un surplus de douăzeci şi cinci de kilograme, atunci nu te poţi gândi serios ca într-o săptămână să scapi de acestea şi să arăţi ca Leonardo Di Caprio sau Antonio Banderas! Eu, unul, mă îndoiesc că vei obţine chiar astfel de rezultate într-un timp atât de scurt.

Ajutorarea persoanelor suferindefolosind imagini succesive Una dintre cele mai simple, dar în acelaşi timp şi cele mai eficiente metode de ajutorare a persoanelor cu suferinţe patologice (dar nu numai) este utilizai-ea ecranului mental pe care se glisează trei imagini diferite. Este mai bine la început, dar nu este o condiţie exclusivă să cunoşti dinainte bolnavul pe care vrei să îl ajuţi. Cunoaşterea poate fi fizică (îl cunoşti direct) sau psihică (mentală – îl vizualizezi). Te ajută, de asemenea, dacă ţi se spune în câteva cuvinte de ce suferă. Prin asta îţi scurtezi mult timpul necesar (para) diagnozei. Iată ce ai de fcut:

a) Creează-ţi ecranul mental, rosteşte-ţi o mantra de protecţie şi de ajutor (în lipsa acesteia poţi rosti o rugăciune, Tatăl Nostru, de exemplu) după can: proiectează imaginea omului respectiv pe ecranul mental în partea stângă, vizualizându-l cu suferinţele sale cu tot.

Trandafirul alb. Eu sunt elixirul Albului,

tronsfurmând toate metalele imperfecte înul mai pur argint Fizicianul catalan Arnald din Villanova (aprox. 2240 – 1311) citează, O ricine m-a făcut alb, mă poate face fi roţu. Şi albul, îl refulau aceeaşi origine Albul este transformai în roţu numaiprintv-o fierbere uscată (Cal cin a tio), la fii cum urina albă este colorată în galben prin digestiaconti nud din organism. (Donam De», secolul al XVIl-k*)

b) În etapa următoare, proiectează în partea dreaptă a ecranului o imagine a lui în care procesul de (auto) vindecare deja a început. În primele tale încercări de ajutorare de la distanţă, atunci când nu ai suficientă practică, încearcă să afli cum arată individul.

c) Acum proiectează – şi mai în dreapta ecranului – imaginea lui perfect sănătoasă, plină de energie şi încredere în sine. Mişcă încet această imagine spre stânga, astfel încât imaginea maladivă (iar apoi, cea în curs de vindecare) să iasă din ecran. Pe ecran va rămâne doar imaginea sănătoasa!

STAREA DE RELAXARE

Termenul de relaxare cuprinde trei aspecte primordiale. Primul se referă la activitatea cortexului cerebral – trebuie obţinută o stare de linişte şi pace interioară, de destindere, de libertate a gândirii. Al doilea aspect vizează articulaţiile întregului organism – se relaxează în special capul, vertebrele cervicale, umerii, braţele, abdomenul, fesele, coapsele, gambele, treptat-treptat, întreg corpul intră într-o stare de relaxare din ce în ce mai profundă. Cel de-al treilea aspect vizează organele interne unde trebuie să obţinem de asemenea o stare de relaxare.

Starea de relaxare o putem defini ca fiind o stare lipsită de orice tensiune, dar nu trebuie să o înţelegem ca pe o moliciune. Pentru a o putea percepe mai bine, este suficient să parcurgem următoarele etape:

1. Atât palmele, cât şi tălpile se găsesc într-o poziţie stabilă, care conferă sentimentul de linişte corporală, firi tendinţă spre încordare sau mişcare. Capul devine din ce în ce mai uşor, corpul devine din ce în ce mai destins.

2. Muşchii devin din ce în ce mai relaxaţi, sângele şi fluidele corpului parcurg mai uşor traseele, irigând şi hrănind mai bine organele. Începe să se perceapă starea de relaxare.

3. Întregul corp devine un Univers plin de energie, unde totul se completează. Nu există niciun fel de tensiune, gânduri negative; se simt un fel de confort şi o linişte care nu pot fi descrise în cuvinte.

În practica relaxării este necesară destinderea mentalului, a sentimentelor şi a conştientului.

Senzaţiile pe care le-am descris nu sunt subiective; ele nu trebuie urmărite pentru a fi atinse, întrucât apar în mod obiectiv, aş putea spune chiar spontan, de-a lungul procesului de relaxare.

Pentru ca energia să aibă un efect cât mai benefic, pentru a circula cât mai liber, este extrem de importantă relaxarea interioară şi exterioară. Elementele exterioare (zgomotele străzii, televizorul sau radioul, dezordinea din încăpere etc.) pot perturba cultivarea energiei. De asemenea, tulburările interioare au efecte negative.

Avansând în practică, relaxarea completă poate fi realizată şi într-un „mediu ostil 1; dar, pentru început, aceasta se va face într-un loc liniştit.

Ambientul cel mai adecvat este o încăpere bine aerisită, largă, cu o temperatură şi lumină moderată.

Nu trebuie să porţi haine prea multe şi prea groase, ci îmbrăcăminte lejeră care să nu te incomodeze. Renunţă la curea, ceas, telefon mobil sau orice element perturbator, caic te-ar putea deranja.

De asemenea, o bună relaxare nu va fi posibilă imediat după o masă prea bogată. Evită alimentele sau

băuturile prea fierbinţi sau prea reci, care pot perturba echilibrul. Ideal este ca acestea să fie consumate la temperatura camerei. Astfel, organismul tău nu va mai fi nevoit să le încălzească şi va economisi energie. Va trebui să aştepţi cel puţin o oră după masă. O digestie optimă se realizează atunci când stomacul este plin două treimi, iar capacitatea de concentrare este maximă.

Nu este recomandat un regim alimentar strict. Totuşi, este bine să eviţi alimentele prea grase sau cele total artificiale. Chiar dacă le preferi pe acestea, prin practicarea acestor tehnici, organismul se va autoregla şi va şti ce mâncare să ceară. Un regim alimentar lacto-vegetarian bazat pe hrană proaspătă duce la rezultate optime. Mănâncă atunci când corpul tău o cere, atât cât cere. Excesele nu sunt niciodată bine-venite.

Practicarea unei meditaţii profunde nu este posibilă atunci când eşti obosit (a). Insistând, vei obosi şi mai mult.

Dacă totuşi vei dori să practici, mai întâi va trebui să te odihneşti mental. Aşadar, fa o baie sau plimbă-te puţin. Orice grijă, orice factor de stres trebuie eliminate. Mintea se va păstra calmă, limpede, departe de ambiţiile lumeşti. O stare de fericire, de calm total este semn că practica ta va reuşi.

La început, probabil că gândurile negre nu te vor părăsi uşor. Pentru detaşarea completă, este necesară multă practică. Poţi încerca să-ţi relaxezi gândurile şi să le priveşti apoi cum se elimină singure, îndepărtându-se de tine, ca nişte nori după o ploaie de vară.

FIXARFAATENŢIEI

**

Fără o ordine 3 gândurilor, fără o fixare temeinica a atenţiei asupra a ceea ce urmează şi întreprin? 4/bineiviţeles ci nu vei putea obţine starea dorită. Atenţia joacă un rol primordial în aplicarea oricărei tehnici, de aceea este pecesară ordonarea mentalului, înfăptuind

astfel primul pas în fixarea şi cultivajuitenţici, în ce constă aceasta, practic? În primul râmfăti aletrri mu loc liniştit, unde nu deranjezi şi nu paji fi deranjat, adopţii o posturii relaxantă (a se vedea „posturi) după care fixează ţi atenţia asupra unei imagini liniştite, pană obţii o stare de calin profund» atât exterior, cât şi interior. Prin cultivarea atenţiei vei atinge anumite capacităţi mentale.

În practicarea cultivării atenţiei, trebuie $3 ţii scama de câteva elemente. Astfel:. V L 1

Etapa 1: Alege idei pozitive sau imagini pitoreşti foarte frumoase, care ţi-au influenţat cândva spiritul: acestea au efecte benefice asupra sufletului şi corpului, oferi un sentiment de împlinire, relaxare şi bucurie.

Etapa a II-a: În continuare, alege zone din organismul tău. Prin ideile cultivate, deşi acestea sunv abstracte, vei ajunge să obţii o stare benefică. Încearcă acum să vizualizezi, pline de lumină, pe rând, unul câte unul orgair. Îc interne. Cele mai pretabile organe pentru o astfel de tehnică sunt licărul, ininja ţii rinichii.

Etapa a III-a: Mintea nu trebuie slalergede latm gând la altul, gândurile tale trebuie să se adune, şi se concentreze. Reuşita depinde de capacitatea de concentrare* De asemenea, evită tensiunile şi încordarea atenţiei. Dacă nu poţi vizualiza o imagine care, odată, te-a influenţarpW7 Învt, nu-ţi jMzntxu a ajunge cu orice preţ la ea., cu: aută o altă imagine, mai aioiiiaii.

Atunci când ai reuşit să te concentrezi asupra unei anumite a corpului sau unei imagini exterioare, nu te încorda la max Um pentru a o vizualiza. Lăsă ca lucrurile să curgă natural în est

Personificarea timpului osmic; *încadrată de eele* şase ore *cosmice*, *binecunoscute în Evul Mediu timpuriu*.

Cele cinci ere cosmice anterioare, de la A dam uină la naşterea lui Hristos, stăteau's" dominaţia lui Lucifer, în timp ce a fasea, cea *actuală, era împărăţia lui Hristos. Paralel cu aceasta*: *viaţaomului se divide în fase păr fi, de la copilărie până la senectute*; (Lambert din St. Omer,

Liber FJoridus, aprox. 1220)

A la moment; trebuie să urmezi calea natural, adică să te gânde acea zonă, dar nu la capacitatea maximă. Nu forţa.

v» u

Privirea interioară (Introspecţia) reprezintă o altă tehn cultivării atenţiei. În ce constă aceasta? Privirea interioai numai că finalizează atenţia asupra unei anumite zone a organismului, da poate, în acelaşi timp, şi să vizualizeze activitatea respectivei zvei «vedea” astfel cum funcţionează rinichii, de

*Pe muntele verde al prima materia, semnele materia*lilor *relevante sunt atribuite Ufrzituui magic de numere altui Saturn. În partea de sus, soarele fi luna fi ridică jiul im penal (substanţa mercurială) din retorta în care afişt botezat. Manuscrisul din cercul Astrului şi al Roşurucienifor conţine paralele cu Aurea Catena a Homeria lui Kirebvteger* (1781).

(Materia Prima Lapidis Philosophorum, mauosem, începutul secolului al XVIII-lea)

exemplu. C cât tjmpui acordat cultivării atenţiei este mai lung, cu atât capacitvatea a «vedea” creşte. Astfel, poate apărea aşa-zisa

«vedere într <rjoarjttf observând atât dinamica organelor interne, fât i

modtăl în care energia circulă de-a lungul meridianelor.

stăpânirea emoţiilor

Atunci când nu suntem calmi, când nu ne stăpânim emoţiile, mintea noastră se lasă cuprinsă de o energie

negativă, care se ridică de la nivelul organelor interne – grijile stârnesc energia negativă a Pământului, din stomac, frica ne năpădeşte cu energia rece a Apei din rinichi, enervarea duce la ridicarea energiei Focului din ficat.

În tradiţia orientală mintea omului este văzută asemenea unei oglinzi care reflectă lumea înconjurătoare. Aşadar, imaginile pe care le percepem zi de zi depind de capacitatea noastră de percepere. Dacă avem mintea calmă şi fermă, vom percepe mediul la adevăratele sale dimensiuni. Din contră, mentalul încordat, stresat, nervos va percepe distorsionat lumea înconjurătoare, iar judecăţile lui vor fi false. Intelectul încordat va lua realităţile distorsionate drept adevărate, reale şi, prin urmare, acţiunile viitoare vor fi şi ele distorsionate. O asemenea persoană nu va putea relaţiona niciodată nici cu sine, nici cu ceilalţi. Vremurile moderne pe care le trăim presupun multă stăpânire de sine, multă fermitate în relaţiile cu semenii noştri.

Pentru a atinge această stare mentală calmă şi fermă, trebuie să ne eliberăm de toate prejudecăţile culturale, sociale, cu care suntem înconjuraţi încă de la naştere. Este o sarcină foarte dificilă pentru că trebuie să îndepărtăm o experienţă de mulţi ani.

„Ştiinţa minţii”, cultivată de înţelepţii orientali, cuprinde diverse tehnici care, învăţate şi cultivate cu atenţie, duc în timp la îndepărtarea prejudecăţilor sociale şi la perceperea corectă a lumii. Un principiu de bază al «ştiinţei minţii” este acela că subiectul şi obiectul percepţiei aparţin aceluiaşi proces şi nu se pot separa unul de celălalt. Poţi exercita în permanenţă controlul asupra ta; controlându-ţi mintea, poţi ajunge să percepi mediul la adevăratele sale dimensiuni.

Pentru că energia se transformă în spirit, fermitatea şi calmul mentalului se obţin numai dacă energiile interne sunt calme, echilibrate. Aşadar, mintea noastră este în

legătură directă cu energia, iar calitatea energiei determină în mod direct calitatea funcţiilor creierului.

Fermitatea şi calmul pot fi susţinute, la nivelul f undamental al esenţei, prin consumarea diferitelor substanţe nutritive care ajută la dezvoltarea normală a creierului. Pentru amplificarea funcţiilor cerebrale, primordiali sunt acizii graşi esenţiali (elemente principale în structura celulară a neuronilor şi în lichidul cerebro-spinal) şi aminoacizii (care produc neurotransmiţători ce conduc mesajele de la celulele creierului la sistemul nervos central).

Există anumite plante care amplifică circulaţia cerebrală şi stimulează epifiza şi hipofiza, susţinând activitatea creierului pentru ca acesta să comande trupului cele mai bune răspunsuri. Astfel, o modalitate este aceea a administrării de ginseng (*Panax ginseng*) asociat cu «arborele templierilor” (*Gingo bilobd*). În cazul

vântuf îi dă na} *tere în pântecele* lui, *în aer are loc nafterea pietrei fibso fale*. (NI. Maier, *Atlantafagiens*, Oppenheim, 1618)

unei deficienţe vitaminice sau minerale, se va completa cu un complex de vitamine (A, B5, B6, C, E, D2, K) şi la Mg, Li, Fe şi Zn. Acţiunea acestora este benefică numai atunci când sângele este curat, fără «impurităţi” Dacă sângele nu este curat, el transportă în roate ţesuturile corpului, deci şi la creier, diverse toxine. Mai mult, capacitatea sângelui de a transporta substanţe nutritive în corp este mult diminuată. Atunci când creierul este asaltat de substanţe toxice care conţin într-o cantitate ridicată clor, metale grele sau acizi, nu se poate păstra starea de sănătate şi, implicit, nu se pot obţine fermitatea şi calmul. Pentru o purificare cât mai eficientă a sângelui, un remediu recomandat este practicarea unui post

«oshawa” 1 de o săptămână, de câteva ori pe an, sau consumul exclusiv de legume sau fructe proaspete lunar, timp de două-trei zile.

Fermitatea şi calmul fiind atribute ale spiritului, cea mai bună metodă de cultivare a acestora rămâne meditaţia, prin îndepărtarea percepţiilor senzoriale şi eliminarea tuturor reacţiilor emoţionale necontrolate.

I *Esteodietă creotăde Dr. Georgeoshawq fondatorul macrobiotidi, Această dietă este poate cea mai severă, dar în acefal timp şi cea mol eficientă dintre cele propusede Dr Oshawa. Dieta sebazeozdpe faptul că trebuie să mâncăm alimente care sunt într-un echilibru perfect cu mediul înconjurătoi fiind astfel evitate toate bolile, Ocurăoshawo durează IOzile, putându-se repetalnfiecoreprimăvoră. Dieta este bine să aibă următootea compoziţie: 70% pănăla* 9096 *din hrană să fie reprezentată de cereale.*

Această dietă curăţă organismul de Impurităţi, eliberează traseele energetice din corp, permiţând cuigerea energiei, Creează o limpezire şi o claritate considerabilă a minţii îmbunătăţeşte digestia, reglează secrep lle hormonale, iar tenul devine cutat şi luminos.

h codrul acestei diete sunt permise următoarele alimente: trebuie ca pe duiata celor 10 zile să se consume exclusiv cereale cu *enetgleyong (orez, grâu, mei, hrişcă), fierte, măcinate ori sub formă de turtiţe sau terci (se prepară co şi mămăliga). În orice combinaţie sau cantitate, singurul Ingredient odmis fiind saiea,* Pe *această perioadă se poate consuma doar apă piaţă sou apă de izvor*!

vizualizarea

Conştientizarea acestui efect miraculos» vizualizarea culorii violet şi asocierea ei cu o lumină purificatoare, cu Har Divin, sunt esenţiale pentru reuşita acestui ritual de meditaţie integrativă. De altfel, eficienţa acestuia este determinată, pe de o parte, de priceperea şi dăruirea celui care îl conduce şi, pe de altă parte, tocmai de puterea de

concentrare şi capacitatea de vizualizare ale practicantului.

Pe lângă acestea, un rol to-irre important îl joacă încrederea. Da! Încrederea acordată credinţa Ta în vindecare {*Crederi de vi des*).

Pe parcursul anilor, am avut ocazia să cunosc mulţi oameni care, în special după ce au participat la prima „meditaţie”, îmi >puneau: «Domnule doctor, nu am reuşit să văd culoarea violet, dar să ştiţi că mă simt foarte bine şi nu mă mai doare nimic… /1

Important este actul de vindecare, percepţia extrasenzorială şi vizualizarea fiind doar elemente secundare actului de vindecare. Fiecare dintre noi percepe lucrurile într-un mod diferit, chiar şi spectrul culorilor este perceput diferit de o persoană sau alta> dar esenţa, vindecarea, este aceeaşi pentru noi toţi atunci când suferim. În timpul ntfidi & ţâc> se poate vedea o flaciră violetă, albă sau galbena, sau poate chiar niciuna dintre acestea, însă acea stare de „Armonie cu întreg Universul”, ce nu poate fi descrisă în cuvinte, percepută în tot acest timp, face ca această meditaţie să fie cu totul specială. Cei ce au trăit această stare ştiu ceea ce încerc cu acum să descriu.

FORŢA SUBCONŞTIENTULUI

Foarte puţini oameni ştiu să-şi folosească forţa subconştientului pentru a ameliora stările de suferinţă. Poate că tocmai de aceea sunt atât de mulţi „specialişti” care consideră tratamentul pe cale psihică drept ceva mistic şi inexplicabil Chiar şi în ceea ce priveşte psihoterapia sunt încă multe reţineri în rândul populaţiei din ţara noastră în a accepta sau nu un astfel de tratament

Ar fi bine de ştiut faptul că abordarea psihoterapeutică nu este pentru nebuni, ci pentru oameni normali ce au înţeles că există probleme de natură psihică ce pot fi rezolvate f & ră ajutorul, neapărat, al medicaţiei

neuroleptice. Poate că este mai uşor să îţi creezi, aşa cum spunea Dan1, o pasiune pentru teancurile de reţete pline de medicamente prescrise de medici, pentru nu ştiu ce „boală”, mai mult sau mai puţin banală, însă medicamentele administrate, indiferent că ştii sau nu, că vrei sau nu, vor crea şi efecte secundare, unele poate chiar mai grave decât suferinţa iniţială.

Îmi amintesc exemplul pe can: mi-l dădea Dan, care mi s-a părut suficient de edificator „Copilul a început să tuşească. Te duci la medic, de la el la farmacie, iar de acolo revii acasă cu o pungă plină cu antibiotice, şi asM în cazul unei tuse banale, unde o tot atât de banală inhalaţie a unei infuzii de muşeţel sau trasarea unor uşoare dungi cu muştar de masă, între baza gâtului şi baza sternului, fac minuni”.

Ştii cumva de unde provine cuvântul „antibiotic”? Dacă nu, îţi spun eu. Etimologic, el provine din două rădăcini: *ANTI* ŞI *BIOS*. Mai este nevoie de traducere? Adică, împotriva vieţii! Ştii ce efecte secundare creează folosirea unui antibiotic? Te las să le descoperi singur.

În ceea ce mă priveşte, poate aş fi mai câştigat dacă ţi-aş spune o abordare alternativă sau complementară nu ţi-ar crea niciun risc, ci, dimpotrivă, ai putea să îţi recapeţi sănătatea şi mai apoi să

1 OtDonăerocu.

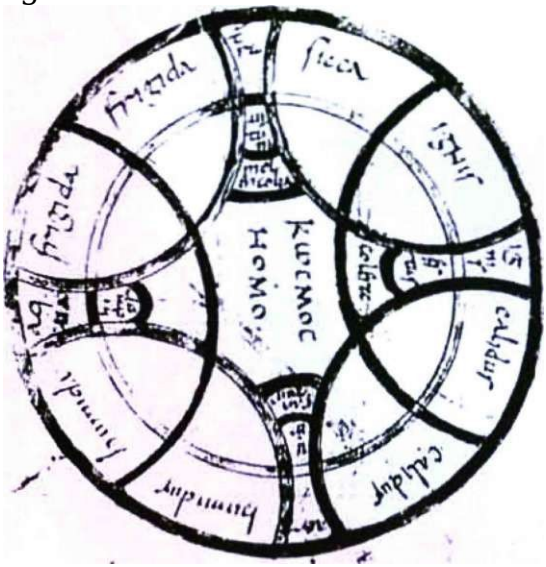
ţi-o păstrezi, fără complicaţii inutile, fără a fi necesară obţinerea unei reţete (deci, fără pierdere de timp), doar printr-o abordare directă şi simplă, recurgând la metode tradiţionale bazate pe folosirea plantelor, mineralelor şi, mai ales, prin implicarea subconştientului în actul de vindecare.

Cercetările scot în evidenţă tot mai mult legăturile care există între subconştient şi corpul fizic, dar cunoştinţele sunt încă destul de disparate. Cu toate acestea, putem trage o concluzie foarte importantă:

subconştientul are un rol deosebit de puternic, necunoscut încă pe deplin în viaţa noastră.

Sunt convins că, abordând aceste tehnici şi metode de lucru cu subconştientul lor, oamenii vor trăi în armonie cu tot ceea ce îi înconjoară, deci vom funcţiona perfect. Ar fi bine să ne amintim că „omul a fost creat de EL, după chipul şi asemănarea Lui”, adică perfect. Dar EL, cunoscându-ne în totalitate, ştia dinainte că vor apărea diferite dereglări, provocate sau nu direct de noi înşine, care vor afecta starea de armonie cu întreg Universul. Tocmai de aceea, EL ne-a dotat cu elemente şi posibilităţi suficiente pentru a restabili starea de armonie.

Prin aceste tehnici meditative sau de relaxare, noi nu facem altceva decât să creăm aceste posibilităţi de autoreglare-autovindecare.



Isâdor din Sevilli, *De natură rerum*, antologie de manuscrise, aprox. 800 d.Hr.

Diagrama nrpmntă posibilele relaţii fi transformări ale celor patru rumenic, ambele pasibile în cazulfiecărui element cu oricare dintre celelalte fi luând în consideraţie

cele patru anotimpuri fi temperamente. Pământ – toamnă – mtlancotiufocvară-coleric, aerprimăvara – sangvin, apă – iarnă – ffegviatic.

PUTEREA GÂNDULUI TĂU

Toţi cei care intră în meditaţie ar trebui să se gândească nu numai la aspectul de sănătate, ci şi la latura spirituală, la tot ce reprezintă planul spiritual Pentru că, dacă toţi meditează către planul spiritual, imaginează-ţi că alături de puterea ta mai primeşti şi puterea celor din jurul tău.

Când exersezi meditaţia cu Flacăra Violetă, gândeşte-te că îţi creezi un anumit viitor, un anumit plan de viaţă, pentru că te vezi sănătos, îţi vezi familia sănătoasă, încercând să îţi şi reaminteşti în felul acesta, deşi nu conştientizezi, de toţi cei dragi, pe care, poate, ţi-i apropii.

În continuare vă redau exerciţiul creat de Dan ca exemplu pentru a ne putea da seama de puterea gândurilor noastre.

Închipuie-ţi că stai în bucătărie şi ţii în mână o lămâie pe care tocmai ai scos-o din frigider, îi simţi în mână răcoarea. Priveşte-i coaja galbenă! Este galben-cerată şi are două mici excrescenţe verzui la capetele diametrului mai lung. Apas-o puţin, simte-i rezistenţa şi elasticitatea.

Acum ridică lămâia la nas şi simte-i aroma. Nu-i aşa că este o aromă splendidă? Taie-o în două şi miroase-o din nou! Aroma este şi mai puternică. Acum muşc-o şi lasă să îţi umple gura cu aroma sucului. E minunat acest gust, nu-i aşa?

Dacă ţi-ai folosit cum trebuie puterea gândurilor, în acest moment ar trebui să ai gura plină de salivă.

Să privim însă puţin în culise:

Simplele cuvinte pronunţate mai sus (ori citite) influenţează activitatea glandelor salivare. Dar aceste cuvinte nici măcar nu reflectă ceva real, ci doar ceva genetic, închipuit. Majoritatea dintre noi îşi închipuie

despre cuvintele folosite că reflectă sensuri care pot fi bune sau rele, adevărate sau false, tari sau slabe. Este corect, dar numai pe jumătate. Cuvintele nu numai că reflectă realitatea, ci o şi creează, ca în cazul de faţă salivaţia.

Creierul nu este numai un translator al intenţiilor noastre, ci şi un organ de prelucrare şi înmagazinare de informaţii, având în grijă şi corpul nostru. Spune-i, de exemplu: *Mânârte o lămâie*, şi imediat acţionează dând ordine şi transmiţând informaţii.

Natural, durerea de cap apare ori de câte ori o amintim. Starea normală a corpului este sănătatea, direcţie în care creierul luptă cu toate mijloacele şi energiile pe care le are la dispoziţie în procesele fiziologice. Cu timpul, folosind inadecvat cuvintele, reuşim să-i stabilim şi chiar să-i distrugem sistemul de apărare, şi atunci el creează boala comandată.

Cuvintele noastre primesc o forţă suplimentară în funcţie de nivelul conştiinţei proprii şi al conştientizării a ceea ce pronunţăm.

Dacă spui suficient de convingător: „Doamne, asta mă doare”, durerea va veni neîntârziat. Dacă spui cu o trăire suficient de puternică: „În aceste condiţii nu o să pot realiza nici măcar un lucru mărunt”, afirmaţia devine realitate, iar excepţia este aparent îndreptăţită.

Émile Coué a fost timp de aproape treizeci de ani farmacist în Troyes (Franţa); şi totuşi, el nu a devenit celebru datorită magnificelor sale reţete, ci datorită unei propoziţii simple, banal de simple: *„Zi de zi mă simt din ce în ce mai bine din toate punctele de vedereuţvt* zi, pentru detalii, *Autocontrolul pe calea autosugestiei*, Samuel Weiser, New York, 1974). Cu aceste cuvinte, el a tratat mii de pacienţi de boli considerate incurabile la vremea respectivă, unele dintre ele fiind încă şi astăzi nerezolvate de medicina alopată. Émile Coué a inaugurat, în 1910, o

clinică gratuită în Nantes, unde a tratat mii de pacienţi cu cele mai diferite maladii (reumatism, dureri acute de cap, astm, pareze, TBC, bâlbâială, deformări ale tegumentelor datorate TBC-ului etc.). „Niciodată nu am tratat pe nimeni – spunea el ci i-am învăţat să se trateze singuri”. Iată ce făcea: îi punea pe pacienţi să repete de douăzeci de ori propoziţia amintită mai sus înainte de masă şi încă de douăzeci de ori seara, pe toată perioada internării. Actele dovedesc în mod incontestabil că pacienţii părăseau clinica într-adevăr vindecaţi! După moartea sa, în 1926, metoda a dispărut aproape în totalitate. Paradoxal, dacă ar fi fost o metodă complicată pe care specialiştii să o poată învăţa şi folosi, atunci ea ar mai fi fost utilizată şi azi.

Deoarece în nivelurile Alfa şi Teta forţa cuvintelor este mult întărită, am adaptat puţin metoda Coué. Conform metodei sale, vei spune: ”>*Azi mă simt mai bine decât ieri din toate punctele de vedete*” După care: „*Sunt protejat cu ajutorul Luminiifaţă de orice influent* as *indiferznt de tip, mod de acţiune ţi direcţie de acţionare*!” „*Sunt o fiinţă de lumi*nă şi *nimic din ceea ce este întunecat nu mă mai poate afecta. M*

Chiar şi aceste două fraze simple – vei vedea – vor produce multe rezultate benefice. Îţi recomand ca, după activitatea cotidiană a zonei *Alfa* „să pronunţi aceste propoziţii ca *mantre de protecţie*.

Pentru miiticul şi astronom Kepter, relaţia dintre cele fapte sfert ale planetelor di internulcopemuan cu cent tor, ioarete, era identică cu „cea dintre vana te le procet gândire discursivă şi limpi introspecţie intelectuală* (Harmonicei Siundt. Lini 1619. ediţia texpztă, 1925) În 1507, prin cercetările i<* asupra motivelor impreciz din calendarul vremii sale, Copemte a ajuns la corului uhemele calendarului ar pl, îmbunătăţtte dacă ar fipn pe boxa concepţiei behocen* atupra lumii. El a putut fim referire la o serie de a\r rănim (filosofi clasici, precum. În i din Samos

(aprox JOC / /j Heraclides Pontuus, AfawH din şi rac uz a fi Ecpantus Pi floreanul, fă. Celhra Har monta macrocosmica. Amsterdam, 1660)

1 ANISVH V.KIVV
FOPLKNtlANVtf
WltlUI»
Jjăfev1 vv CURAI I rWnr caua ÎN
DORINŢA ŞI VOINŢA DE ATEVINDECA

Putem spune, în primul rând, că esenţială este dorinţa de a fi vindecat. Dumnezeu dă omului Harul Său numai dacă acesta vrea să-l primească şi-l doreşte din tot sufletul. Voinţa omului este liberă şi aceasta este cea pe care Dumnezeu a dăruit-o omului prin liberul-arbitru. Dumnezeu cere în primul rând omului să cunoască; cunoscând, să iubească; şi iubind, să fie gata să împlinească voia Sa. Atributul minţii omului este Harul lui Dumnezeu, iar Dumnezeu se dăruieşte celui ce vrea şi

crede în El. De aceea putem spune că, într-adevăr, voinţa omului este esenţială.

Omul are datoria să evolueze în conformitate cu Harul primit de la Domnul, să stăruiască în Har şi să se lase pătruns de el. Faptul că există Dumnezeu cel atotputernic, care poate să vindece orice boală, omul putând fi astfel izbăvit de suferinţă, nu este suficient. Este necesar ca omul să dorească cu adevărat să se însănătoşească, pentru a dobândi de la Iisus tămăduirea bolilor sale.

Mai departe, voinţa de a se vindeca trebuie să se manifeste nu numai în chemarea în ajutor a lui Dumnezeu, ci şi în urmarea tratamentului. Sfântul Ioan Gură-de-Aur spunea că bolnavul trebuie să colaboreze cu doctorul pentru că în felul acesta acţiunea medicamentelor va fi înlesnită. În cazul bolilor sufletului, acest lucru s-ar traduce prin faptul că omul trebuie să rămână întru Iisus şi să primească cu toată inima ceea ce vrea El să facă pentru vindecarea lui. Atunci când omul, bolnav fiind, nu primeşte ajutorul, cade pradă bolii, iar dacă, mai mult, se împotriveşte ajutorului, putem spune că ia partea bolii, sinucigându-se.

Credinţa este cea mai puternică forţă de care omul se poate folosi şi cea dintâi condiţie ca el să se poată vindeca. Credinţa puternică, deplină, desăvârşită, reuşeşte să vindece cu adevărat. Prin credinţă, omul poate ajunge la cunoaşterea de sine, dar şi la cunoaşterea tuturor lucrurilor. Credinţa are pentru om rolul unei platoşe care-l apără sH face de nebiruit. Omul, atunci când are credinţă deplină, poate să nmute munţii din loc”. Atunci când există credinţă, nici chiar cea mai mare nenorocire nu ne poate duce la deznădejde.

Hsrmes Trismegistos fificulercotorcare uneftr contrariile

(D. Stoarius von Stolcenberg. *Viridarium chynucum*, Frankfurt. 1624)

EFECTELE IERTĂRII ŞI ALE ÎMPĂCĂRII

De multe ori este foarte greu să-ţi recunoşti greşeala şi să-ţi ceri iertare, mai ales dacă cineva a plecat din lumea pământeană. Şi, atunci când spunem acest lucru, ne referim şi la cei care au plecat, care au trecut deja de „Porţi. Există un pasaj la sfârşitul meditaţiei care ne îndeamnă să ne gândim la cei care ne-au greşit. Ardem tot ceea ce ar însemna acel liant de durere, acel lanţ al întunericului, acele zale de suferinţă, tot ceea ce a însemnat supărare şi, în acelaşi timp, ne cerem iertare şi luăm iertarea de la cei cărora le-am greşit, împăcându-ne astfel şi cu cei ce ne-au greşit şi cu cei cărora le-am greşit.

Ne cerem iertare, ne împăcăm şi dăruim Pace, Lumină, Iubire tuturor celor cărora le-am greşit. Indiferent că am făptuit această greşeală cu gândul, cu vorba sau cu

fapta, indiferent de suferinţa pe care am pricinuit-o, indiferent dacă ei se mai află aici sau deja au trecut dincolo de poartă, indiferent dacă, în plan fizic, ţi-ar fi foarte greu să îţi ceri iertare. Poate că este un om care, până să îi ceri în plan fizic iertare, ar trebui să îi ceri altfel, ca să te poţi apropia de el. Pentru că sunt şi oameni care nu sunt pregătiţi, încă, să te ierte. Se pot întâmpla în viaţă tot felul de situaţii. Sau tu nu eşti încă pregătit (a) să îţi recunoşti greşeala în faţa lui, sau nu ai cum să ajungi la el, sau este cineva care a plecat deja. Şi e foarte greu, în felul acesta poţi să trimiţi, pentru că această energie este universală. Oriunde în lume, o regăseşti. Îţi ceri iertare şi dăruieşti în locul acestei iertări lumină.

După care, la rândul tău, ierţi. Ierţi toate greşelile celorlalţi.

O să-ţi aduci aminte de toate durerile pe care ţi le-au pricinuit şi, dacă ai fi fost în mod normal, în plan fizic, ţi-ai fi zis:

„Oh, de ce să-l iert? Păi, uite că a fĂcut nu ştiu ce, că mi-a creat cutare suferinţă sau a stricat ceva ce nu se mai poate repara…”

Odată ce ai intrat în această meditaţie, te-ai ridicat din planul fizic, pentru că laşi deoparte totul. Astfel, îţi e mult mai uşor să te ridici deasupra valorilor materiale ale acestei lumi. Pentru că, mai devreme sau mai târziu, fiecare dintre noi plecăm dincolo, trecem dincolo de „Porţi”. Iar când trecem dincolo de „Porţi”, nu luăm după noi decât ceea ce este în sufletul şi în conştiinţa noastră.

În primul rând, se poate spune că atât Iertarea, cât şi împăcarea pot fi o rezolvare a problemei propriei noastre identităţi. Propria Identitate este rezultatul unui raport între Eul Actual şi Eul Ideal al unei persoane, rezultatul unui raport între ceea ce este OMUL, cu darurile şi limitele sale, şi ceea ce crede el că trebuie să fie. Astfel, se naşte în individ sentimentul de Stimă de Sine, care

reprezintă o condiţie ca omul să poată trăi echilibrat din punctul de vedere al raportului dintre el şi semenii săi.

Atunci când concepţia omului despre sine este pozitivă, el va avea o predispoziţie perceptivă favorabilă în raport cu ceilalţi şi invers.

Dar la fel de importante sunt şi capacitatea omului de a recunoaşte meritele şi calităţile celorlalţi, cu valorile lor esenţiale, pozitive, precum şi curajul şi libertatea de a-i accepta pe ceilalţi în diversitatea lor şi cu limitele fiecăruia. Cei care, cu bună ştiinţă îl încadrează imediat pe interlocutor în funcţie de grupul de apartenenţă al acestuia îi ignoră acestuia realitatea sa specifică, nu-i recunosc individualitatea şi felul său particular de a fi şi de a gândi» aplicându-i în felul acesta o etichetă. Cei care se comportă într-o asemenea manieră apelează la un mecanism de apărare, care se iveşte atunci când se simt speriaţi de realitate, neavând ei înşişi curajul de a o înfrunta. Se tem de ceilalţi oameni, crezând că aceştia vor fi potenţiali concurenţi sau chiar adversari. Cel care nu se simte suficient de puternic în interiorul lui va avea dificultăţi în

a-i permite celuilalt să fie el însuşi, atunci când acesta are idei diferite de ale sale sau chiar în contradicţie. Astfel se va naşte o stare conflictuală... De cele mai multe ori greşim faţă de ceilalţi şi conştientizăm asta, dar faţă de noi, oare de câte ori greşim?

Oamenii consideră că au greşit faţă de ei numai în momentul când au ajuns pe patul de spital sau când s-a întâmplat o nenorocire. Atât. Nu merg mai departe de aici. Doar acele gânduri ce distrug armonia, ce creează senzaţia de suferinţă dar fi & ră un suport real în plan material, f & ră să se întâmple ceva concret, pot crea în timp adevărate suferinţe. Este suficient să te împaci cu tine însuţi, şi aceste posibile suferinţe, create de gândurile tale negative, să nu se mai manifeste nicicând. Şi aici intră regretele tardive, ura, invidia, toate agresiunile şi amintirile dureroase, pe care noi înşine ni le-am creat. În acest fel putem să ne purificăm, curăţindu-ne practic de tot ceea ce ar însemna suferinţă, de tot ceea ce ar însemna în primul rând program de autodistrugere. Pentru că, fie că vrem, fie că nu vrem, cu fiecare supărare, înti>un fel sau altul, creăm anumite programe de autodistrugere, şi, culmea, ceea ce-i mai rău este că, generând această energie, cu vibraţie joasă, atragem şi absorbim din jurul nostru programe similare de distrugere.

j) acă nu găseşti o rugăciune care să fi placă> inventează tu una”.

Sfântul Augustin

CHEI ŞI MANTRE-PUNŢI SPRE LUMINĂ

»

M-ar bucura nespus ca cei ce iniţiază ritualuri colective să ţină seama de o serie de aspecte ce urmează să fie descrise, deoarece le pot marca reuşita sau pot sta la baza eşecului, atunci când sunt ignorate. În continuare voi oferi o serie de expresii-cheie care deschid sau închid o parte din câmpurile energetice, ducând astfel la obţinerea

purificării fără riscul vampirizării de energie sau al apariţiei influenţelor malefice pe tot parcursul ritualului colectiv.

Mantrele:

„Sunt copilul Domnului şi sunt creat din Lumină\ după chipul şi asemănarea Sa.

„Nimic din ceea ce este întunecat nu mă mai poate atinge* şi i

„Sunt conştient de forţa mea şi am puterea să mi-o stăpânesc t* rostite încă de la început şi repetate de câteva ori pe parcursul ritualului, au atât un rol de protecţie, cât şi de prevenire a unor eventuale abuzuri. Aceste mantre reverberează în mentalul practicantului, pregătindu-l din punct de vedere psihic şi energetic pentru o autentică experienţă esoterică ce va cuprinde, alături de purificarea energetică, sublime momente de înălţare spirituală. Să nu uităm că rolul cel mai important îl au entităţile benefice divine (Arhangheli, Serafimi, Elohimi, îngeri păzitori, Ghizi spirituali, Maeştri astrali), care ne ajută şi ne veghează în permanenţă, sunt alături de noi şi la bine, şi la greu; datorită lor suntem protejaţi şi primim Lumina şi ajutorul Divin.

Aşadar, pentru o reuşită deplină, trebuie să apelăm la aceste mantre, având încredere în ajutorul divin.

Cu tot respectul, îi rog pe acei iniţiatori de meditaţii colective ce au apărut, aşa din senin, „pentru că se poartă în ultima vreme*, în special pe cei ce îşi permit să vină la întâlnirile lunare cu cititorii revistei *Lumea Misterelor* ca să ţină aceste meditaţii, să nu uite că pot face rău foarte uşor celor care participă la aceste pseudomeditaţii. Nu de puţine ori am avut neplăcuta surpriză să constat că multe dintre persoanele ce participau la aceste ritualuri, din respect sau doar pentru că, pur şi simplu, se aflau în sală, au acuzat stări de oboseală, de leşin, migrene, senzaţii care în mod normal nu apar în timpul unei meditaţii şi nici

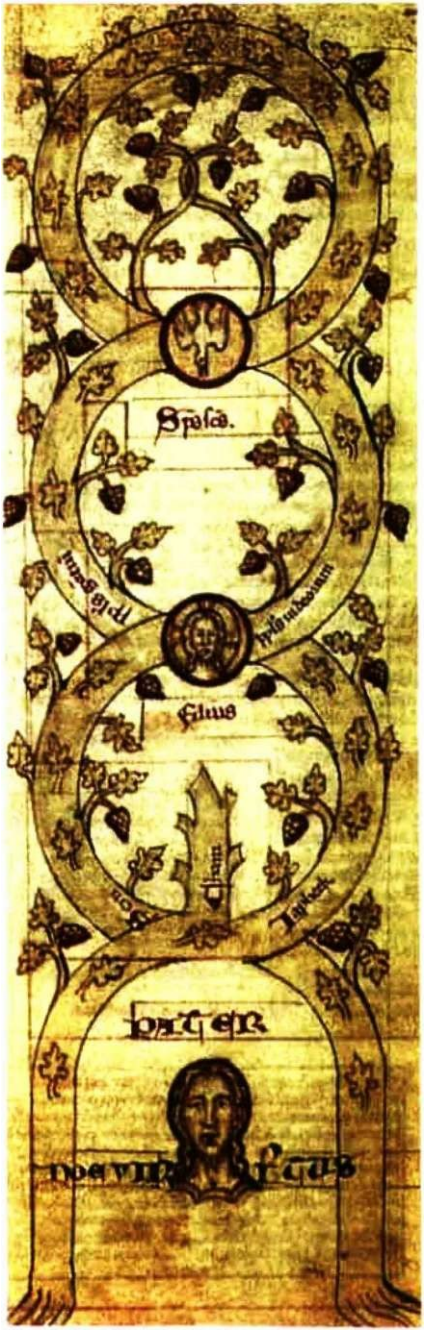
după aceea. Părerea potrivit căreia anumite suferinţe se exacerbează în procesul de vindecare, declanşat în timpul meditaţiilor, mi se pare exagerată şi puerilă. Atât în timpul, cât şi după meditaţie, este normal să ne simţim bine, calmi, liniştiţi, revigoraţi. Întreg trupul este relaxat, iar fiinţa noastră trăieşte o stare de împlinire sufletească şi de pace interioară.

Reprezentare în spaţiu a sistemului ptolemaic., Majoritateafilosofilor antici credeau td lumea ivpralunară* i.e. cerurile eteric era formată din mai multe cercuri sau sfirez solide sau de duritatea Piemontului, ctle mari dintre ele conţinându-lepe ele mici şi ei stolele» asemeni cuielor din zidul unui vapor sau asemtni altui obiect transportabil [...], erau puse în mimare de acestea/ (A. Ceilariuj) Sfera opacă plasată extrem a stelelor fixe mu cunoscută ca Primum Mobile, prima mijeată, ininscăt, fiind condută de

dragostea divină, dedanţa miftarea tuturor celorlalte sfert (A. Ceilariusi> Harmonta Maerocosmica, Amsterdam, 1660)

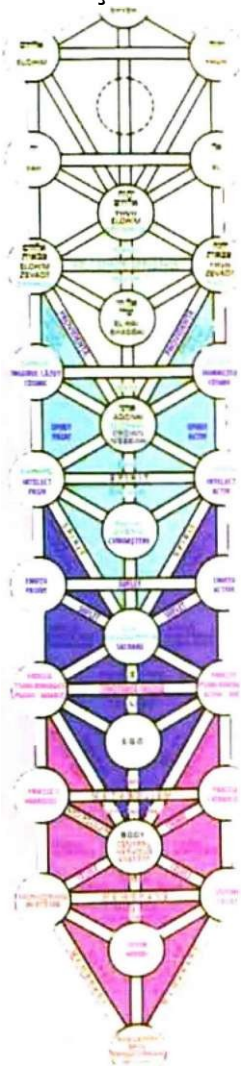
Cred că doar la aceasta se rezumă trăirile din timpul unei reditaţii, în niciun caz starea de suferinţă nu este compatibilă cu meditaţia.

Cete trei ere cosmice ale lui Joacbim din Fiore (aprox. 1130 – 1202 y Prima ieri este aceea a Tatălui (jos), ere Vechiului Testament, îl consta în Legea lui Dumnezeu fifrita de Acesta. A doua cri este c-a a Fiuiu cu a Bisericii fu credinţei în Cuvânt. A treia eră este cea a Sfântului Duh – pe care Joacbim din Fiore l-a văzut apropiindu-se – fi este un timp al bucuriei fi al liberiâţii. E o aduce cu sine o nouă înţelegere intuitivă şi simbolică a Scripturilor, sjbyitytl, bisericii zidite fi instituirea unei nffi ordini contemplative. Această eră spirituală este răsăritulpe carejacob Bdbme fi aiebimiftii l-au văzut apărând


Spōsa.
Filius
Spiritus

la vrxz/mt, mormrtantrulă a Rosicrucienitor. (Joadlim din Fia/r, «cond I XIl-le*)

„Studiază caţi cum ar trebui să trăieşti veşnic; trăieşte ca şi cum ar trebui să mori mâine”.



Sfântul Isidor

STRUCTURA ENERGETICĂ

A CORPULUI UMAN

Peste tot, în Univers, în mediul în care trăim, şi chiar în corpul nostru, există forţe nebănuite, nevăzute, de cele

mai multe ori nedetectabile cu cele mai sofisticate instrumente ştiinţifice. Dacă de mii de ani culturile orientale cunoşteau şi valorificau aceste forţe, în civilizaţia occidentală ele au pătruns mai greu (cu ajutorul învăţaţilor din Extremul Orient), abia în ultimele decenii câştigându-şi adevăratul rol De la vechii învăţaţi orientali, ştim că există o legătură strânsă între energie şi spirit. Spiritul se creează din energie, noi, oamenii, suntem fiinţe de energie, trăind într-un univers de energie purtătoare de informaţie. În cercurile ştiinţifice, aceste forţe sunt cunoscute sub denumirea generică de *energie subtilă*.

Unele dintre aceste forţe au fost descoperite şi explicate, în timp ce altele – deşi suntem conştienţi de prezenţa şi acţiunea lor se lasă în continuare explorate. Însă un lucru este cert, recunoscut de toţi: aceste forţe nevăzute ne afectează neîncetat viaţa de zi cu zi» Totul depinde de noi, de felul cum reuşim să recunoaştem aceste forţe, să le stăpânim, să le facem să acţioneze în folosul nostru. Cunoscând şi stăpânind energia subtilă, vom reuşi să ne cunoaştem mai bine, să intrăm în armonie cu noi înşine şi cu ceilalţi, cu întregul Univers. Prin alimentaţie, prin programul de lucru şi de odihnă, prin acţiunile noastre, dar şi prin practicarea unui program de cultivare a energiei, putem deveni stăpânii propriei energii.

Putem spune că Omul este, în primul rând, o fiinţă energetică. Trupul uman este alcătuit ca un microcosmos. El este format nu numai din muşchi, oase, organe interne etc., ci deţine şi o structură energetică foarte complexă care conduce activitatea corpului fizic.

Pământul, la rândul lui, este un uriaş câmp energetic, care absoarbe şi radiază energie, influenţând câmpurile energetice ale omului. Cunoscând faptul că Pământul posedă şi radiază energie, precum şi felul cum funcţionează această energie, putem trăi în armonie cu întregul Univers.

Câmpul energetic uman este cunoscut sub diferite denumiri – *aură*, *biocâmp* sau *corp de energie bioplasmatică* – îndeobşte ştiute şi întrebuinţate de mulţi oameni cu referire la semenii lor. Într-adevăr, de câte ori n-am spus despre cineva că dezvoltă o energie nebănuită? Că, aflându-ne în apropierea unei asemenea persoane, suntem „cotropiţi” de energia care emană din ea? Sau că o persoană are o aură pozitivă sau negativă? Energia umană este asemenea câmpului electromagnetic. Omul este o fiinţă magnetică, dispunând de polaritate; pozitiv-negativ, nord-sud. Cuceririle actuale ale tehnicii au reuşit să înregistreze aura umană pe filmele fotografice (efectul Kirlian) sau pe casete video…

Corpul fizic se manifestă în trei stări de agregare: solidă, lichidă şi gazoasă. Este format, de exemplu, din oase, muşchi, sistem circulator, sistem nervos, creier, glande endocrine etc. Trupul este un suport format din macromolecule, cărora cele mai lente vibraţii le dau viaţă. Aceste macromolecule ne fac să comunicăm cu solul, dându-ne senzaţia de greutate şi de prezenţă a lucrurilor.

Câmpul energetic uman este format din mai multe straturi energetice principale care „îmbracă –, rând pe rând, corpul fizic, astfel:

Corpul Eteric

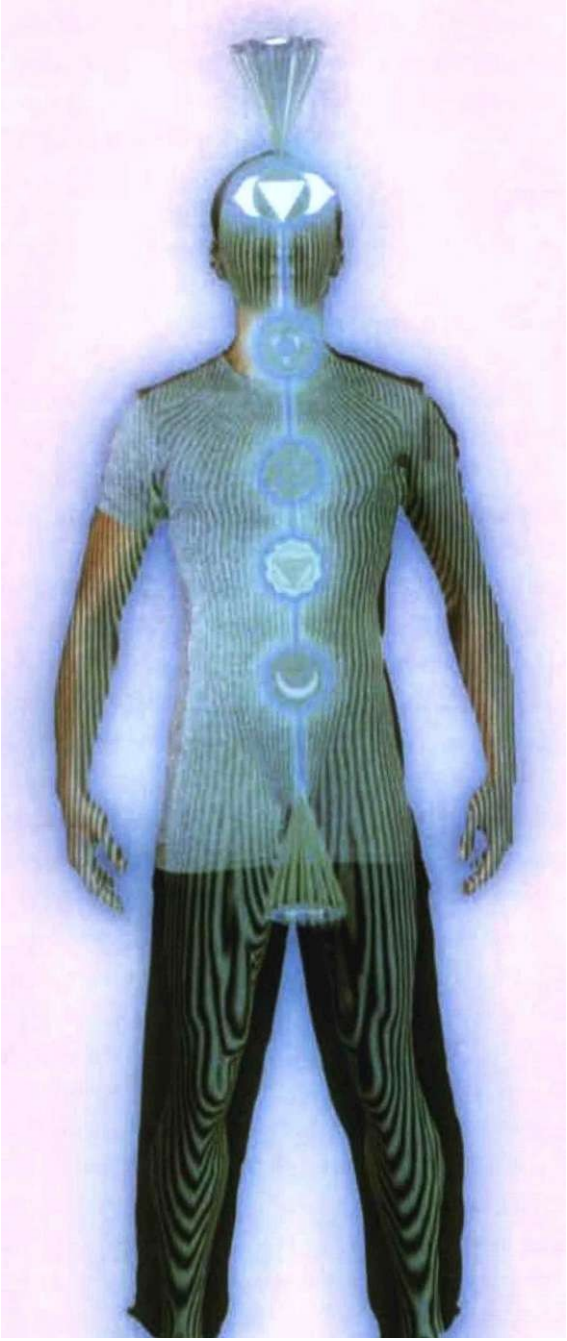
Corpul eteric se poate observa în imediata apropiere a corpului fizic şi are vibraţia cea mai apropiată de cea a materiei fizice. El pătrunde corpul fizic în mod intim şi îl depăşeşte pe contur, în general cu circa trei-optsprezece centimetri. Este hrănit prin intermediul respiraţiei, din mediul exterior, şi al imaginaţiei, al gândurilor şi trăirilor noastre, din interior.

Corpul eteric are următoarele patru funcţii principale:

— Reprezintă fundamentul fiecărei părţi a corpului fizic, având impregnat în el o energie holografică, ceea ce

face posibil ca în fiecare parte să se găsească informaţia întregului;

— Are rol de revitalizare a corpului fizâc;



— Reprezintă un punct de curăţare pentru toate forţele care ajung în planul fizic, din dimensiunile superioare, acestea fiind făcute să treacă prin sistemul nervos, endocrin şi sanguin;

— Este transmiţătorul şi receptorul impulsurilor telepatice de natură intuitivă, mentală sau emoţională.

Este format dintr-o împletitură de fire eterice, consolidată prin linii de forţă, care, intersectându-se, formează, prin însuşirile lor, puncte şi plexuri energetice. Atunci când un mare număr de linii de forţă se intersectează într-o zonă, plexul energetic format este mai important. Liniile de forţă se numesc meridiane energetice, iar plexurile energetice pot fi principale, secundare sau puncte de meridian. Astfel, avem şapte centri energetici principali (Chakre principale), douăzeci şi unu de centri energetici secundari (Chakre secundare) şi trei sute şaizeci şi cinci de puncte energetice de acupunctură deservite de aproximativ şaptezeci şi două de mii de meridiane energetice, dintre care doisprezece meridiane principale şi opt meridiane numite „curioase.44 Putem să amintim şi meridianele Ida, Pingala şi Shushumna. Toate aceste meridiane remarcabile se bifurcă şi se capilarizează, pătrunzând în locurile cele mai tainice ale fiinţei noastre. Prin aceste meridiane curge încontinuu o energie luminoasă, culoarea ei variind de la albastru la cenuşiu. Această energie este dispusă în cantităţi mari în jurul nervilor şi favorizează transmiterea fluxului nervos de la creier la periferie şi invers. Impulsurile electrice ale neuronilor şi cele electromagnetice ale plexurilor energetice se transmit prin intermediul meridianelor energetice în tot corpul. Coloana vertebrală este suportul material al câmpului electromagnetic al omului, având creierul poziţionat la nord şi coccisul la sud.

Corpul eteric extrage *prana* (*chi*/*qi*/*ki*) de la cele mai rafinate niveluri şi o introduce în circuitul energetic al

fiinţei, prin intermediul Chakrelor energetice. Aceste Chakre realizează schimburile dintre câmpul universal unificat şi fiinţa umană. Tot ele sunt receptori subtili ai corpurilor energetice, ce realizează interfaţa acestora cu glandele endocrine. În acest corp se observă foarte bine organele bolnave, căci au o culoare modificată, mai întunecată decât a celor sănătoase. Este, totuşi, mult prea mult să se spună că se poate face o aşa-numită diagnoză, în funcţie de culoarea percepută în dreptul unui organ. Informaţiile primite prin vizualizarea acestui câmp, cumulate cu alte date specifice paradiagnozei, pot depista apariţia unei afecţiuni cu mult timp înainte de detectarea acesteia în planul fizic.

Corpul eteric este deosebit de sensibil la efectele alcoolului. Acesta are proprietatea de a-i stimula vibraţiile. Din acest motiv, în tradiţia populară i se dă un strop de alcool persoanei care a avut o emoţie, ca să o „remonteze”. Împreună cu corpul mental şi cu corpul astral, corpul eteric poate să apară în anumite situaţii, în cazul morţii bruşte, violente, în cazul unor accidente sau crime, ca o fantomă, după moarte. Acest fenomen poate să survină atunci când, ca să transmită un mesaj celor vii, sufletul împiumută energie din mediul înconjurător şi, în special, de la mediumul prezent. El îşi redobândeşte atunci forma şi energia, într-un mod trecător, ceea ce îi permite să se manifeste. În urma autopsiei, în dreptul locurilor unde au fost poziţionate organele extirpate, acest câmp dispare. El poate fi perceptibil în jurul corpului fizic încă două-trei zile după ce a survenit moartea. Poate dispărea cu mult mai repede dacă defimetul a suferit o moarte violenta. Corpului eteric îi corespunde elementul Apă.

Corpul eteric poate prezenta manifestări patologice din cauza întreruperii comunicării acestuia cu corpurile subtile superioare. Această întrerupere parţială se poate datora unor comenzi venite în acest sens de la structurile

superioare sau datorită şocurilor electromagnetice. Cu cât frecvenţa acestor câmpuri este mai înaltă, cu atât întreruperea este mai pregnantă. Spre exemplificare, vom enunţa câteva tipuri de boli ale corpului eteric:

— Congestia eterică se produce de obicei la un punct de intrare-ieşire din corpul eteric. Ea este răspunzătoare de stânjenirea circulaţiei libere a forţei vitale, care are drept consecinţă scăderea imunităţii.

— Suprastimularea centrilor energetici conduce la suprasolicitarea activităţii sistemului nervos, inducând astfel grave suferinţe corpului fizic.

— Şocurile pot arunca afară din corpul fizic corpul eteric, ca în cazul accidentelor de maşină. În aceste cazuri, corpul eteric trebuie reintegrat, de exemplu, prin metoda centrării.

În cazul unei transe, sau chiar al relaxării, un zgomot neaşteptat poate provoca o revenire bruscă şi defectuoasă a etericului în corpul fizic, provocând palpitaţii şi indispoziţie generală.

De asemenea, un zgomot brusc, un şoc, pot produce separarea gravă a unui segment din corpul eteric.

Corpul Emoţional

Corpul emoţional are o frecvenţă mai înaltă decât cea a corpului eteric. Se află intim cuplat cu corpul fizic, pe care îl depăşeşte în faţă şi în laterale cu circa 1, 5 – 9 centimetri, dar se extinde la distanţă în spatele corpului, pe toate direcţiile. Am putea să-l considerăm ca pe un sistem de antene personale. Atunci când întâlnim pe cineva pentru prima oară, ori ne aflăm într-un loc ciudat, corpul emoţional selecţionează şi transmite senzaţii dinspre acesta către noi. Noi putem simţi ceva pentru o altă persoană cu mult timp înainte de a fi capabili să confirmăm acel ceva. Când două persoane se atrag, cele două corpuri energetice se îmbină şi se întrepătrund.

Sentimentele contrare creează bariere, nu există absorbţie sau interacţiune.

Clarvăzătorii indică faptul că strălucirea şi lumina însoţesc seria emoţiilor pline de abnegaţie ca iubirea şi compasiunea. Corpul emoţional poate fi întunecat, plumburiu şi deformat, dacă reflectă persistent stări emoţionale urâte.

Corpul emoţional are următoarele patru funcţii principale:

— Face posibilă simţirea, convertind vibraţiile din planul fizic în percepţii, care sunt apoi transmise Corpului mental, unde se transformă în senzaţii. Corpul emoţional poate ataşa unei percepţii calitatea de plăcută sau neplăcută. De asemenea, are posibilitatea de a corela o percepţie cu orice sentiment (dorinţă, teamă, invidie, ură, frustrări etc).

— Joacă rolul unei punţi între minte şi materie. Procesul gândirii pune în mişcare energia mentală, care face corpul emoţional să vibreze, deci să influenţeze corpul eteric. Acesta acţionează

apoi asupra materiei, asupra creierului, provocând efecte imediate în plan fizic, la nivel hormonal. Orice proces de gândire necesită sincronizarea corpului mental cu creierul.

— Joacă rolul unui vehicul independent al conştiinţei. Acest lucru se întâmplă în timpul somnului sau al transei, când corpul emoţional se separă de corpul fizic şi are loc călătoria în astral.

— Este dinamic şi variază în funcţie de starea noastră sufletească. Se poate modifica rapid, iar indicatorii dezvoltării lui sunt:

— Vitalitatea;

— Capacitatea de a fi vesel, de a simţi bucuria;

— Puterea de a râde din tot sufletul;

— Puterea şi capacitatea identificării profunde cu un alt model individual.

Corpul emoţional conţine energia din care este format planul astral, respectiv atracţie şi dorinţe, care ne motivează când suntem conduşi de raţiune, precum şi repulsie, care se manifestă obişnuit prin indignare, excitaţie, frică, ură etc.

Pentru un clarvăzător, corpul emoţional este înconjurat de culori strălucitoare. El vede perturbaţiile provocate de emoţii sub forma unor variaţii de culori. Acest corp ne permite să călătorim în trecut sau în viitor, dar şi în prezentul astral, facilitând, de exemplu, întâlnirea cu ghizii noştri spirituali.

Corpului emoţional îi corespunde elementul Foc.

Corpul emoţional (câmpul astral) poate prezenta o patologie legată de exprimarea dorinţelor. Perturbările corpului emoţional afectează cu deosebită uşurinţă corpul nostru fizic. Lipsa lui de stabilitate conduce la deranjamente ale sistemului vegetativ, provocând disfuncţii senzoriale, care, repetându-se, duc la tulburări funcţionale şi apoi la tulburări organice.

Incoerenţele la nivelul acestui corp pot fi induse şi cu ajutorul unor instrumente specializate, care emit unde de o anumită frecvenţă, transmise departe în spaţiu, prin intermediul radarelor transorizont. Conform teoriilor doctorului Albert Beck, aceste frecvenţe ajung în zona psihoactivă a sincronizării neuronale sau a antrenării undelor cerebrale. Sub efectul lor, persoana poate trece prin diferite stări, care merg de la anxietate crescândă, până la o dezorientare extremă, respectiv la inconştienţă.

Atunci când corpurile emoţionale se adună în acelaşi loc, se formează o entitate numită „suflet de grup „Această entitate poate deveni agresivă, dacă oamenii care o compun au instincte criminale, sau, dimpotrivă, nobilă, dacă trăirile grupului se hrănesc din lumina înţelepciunii şi din căldura iubirii.

În viaţa cotidiană mai observăm că agresivitatea faţă de alţii poate să fie o formă de apărare faţă de pânpriile slăbiciuni, decepţii, nefericiri.

La nivelul corpului emoţional, putem întâlni diferite boli, precum:

— Emoţia necontrolată: tendinţa spre dezaprobare, spre antipatii violente şi spre duşmănii bazate pe dezaprobare sau pe un complex de superioritate generează o mare parte din aciditatea de care suferă majoritatea oamenilor;

— Dorinţa inhibată: când dorinţa este inhibată, apare posibilitatea contactării unor afecţiuni extrem de grave, cum ar fi cancerul, congestia plămânilor şi anumite boli de ficat, precum şi tuberculoza;

— Dorinţa nestăpânită: când dorinţa este nestăpânită şi necontrolată şi nu este prezentă nicio inhibiţie, apar tulburări, precum homosexualitatea.

Corpul Mental

Corpul mental întrepătrunde toate celelalte corpuri, având o culoare galben-strălucitor. El nu mai ia forma

corpului fizic; atunci când o persoană este sănătoasă şi este relaxată, el are o formă ovală, fiind ca un ou cu vârful în jos. Nuanţele culorilor ce îl compun, dezvăluie interesele persoanei, aptitudinile sale mentale active sau latente. Este asociat proceselor de gândire raţională. El este vehiculul intelectului, al memoriei şi al imaginaţiei. În el se proiectează totul. Are legătură cu cunoaşterea, cu particularităţile formelor-gând sau cu ceea ce se cheamă gânduri concrete: un măr, o casă etc.

Corpul mental are următoarele trei funcţii principale:

— Serveşte drept vehicul pentru gândirea concretă;

— Dezvoltă calităţile memoriei şi imaginaţiei;

— Funcţionează, pe măsură ce evoluţia continuă, aidoma unui vehicul separat al conştiinţei, în planul mental.

Fiecare gând emis de noi creează o formă energetică. Dacă emitem gânduri negative, ele vor atrage alte gânduri negative, aşa cum gândurile pozitive vor atrage alte gânduri pozitive. De aceea este important să facem tot posibilul să ne gândim cât mai mult timp posibil în spectrul pozitiv.

Gândul este creator, dând naştere multor fenomene emoţionale, dar şi fenomenelor obiective, adică fizice. Lipsa gândirii, imaginaţiei, intuiţiei duce la degenerarea corpului mental şi, odată cu aceasta, la degenerarea celorlalte corpuri. Situarea lui pe niveluri energetice superioare presupune potenţializarea corpurilor inferioare şi superioare. Nivelul celei mai abstracte gândiri ia forma figurilor geometrice. Formele-gând nu se supun legilor spaţiului fizic. Dar legile timpului îşi păstrează aici o anumită omogenitate, asemănătoare timpului real. Un corp mental nu poate influenţa un alt corp mental, decât dacă există în amândouă forme-gând asemănătoare, capabile să intre la rezonanţă. Corpul mental are o putere absolută asupra vieţii cotidiene.

Indicatorii dezvoltării lui sunt:

cantitatea şi volumul de cunoştinţe;

puterea logicii;

excluderea emoţiilor în procesul gândirii;

ştiinţa autocontrolului;

dragostea pentru filosofie;

creativitatea.

În concluzie, corpul mental are în sarcină cunoaşterea sau gândirea concretă.

Corpului mental îi corespunde elementul Aer.

Corpul mental prezintă o patologie generată în principal de gândirea negativă, care are capacitatea de a produce dezorganizări de intensitate variabilă în corpurile astral, eteric şi fizic. Acestea sunt ilustrate la nivelul individului de bolile fizice, iar la nivelul colectivităţii de

conflicte. Patologia mentalului este detaliat descrisă în abordările psihoterapeutice, psihiatrice, ale psihanalizei şi în cazuistica uzuală a practicii psihologiei clinice.

Corpul Cauzal (Denumit şi Astral)

Corpul cauzal este locul unde se depozitează înţelepciunea obţinută de o persoană în urma experienţelor sale. Acesta se măreşte treptat, odată cu trecerea timpului. Deoarece corpul cauzal reprezintă vehiculul pentru gândirea abstractă, o persoană neelevată dispune de un volum limitat al unei astfel de gândiri, în timp ce un filosof, care posedă mai multe elemente active în corpul său cauzal, este capabil de o gândire profundă.

Funcţiile corpului cauzal sunt:

— E responsabil de principii sau gânduri abstracte;

— Este responsabil de respectarea normelor, legilor, principii lor şi adevărurilor specifice structurilor din care facem parte;

— Trimite fluxul conştiinţei către creier, ceea ce îi îngăduie unei persoane să fie conştientă de sine, de gândurile şi sentimentele sale şi să le controleze;

— Are ştiinţa lucrului cu eficienţă, facilitând economisirea de energie, mijloace, timp;

— Generează putere de concentrare;

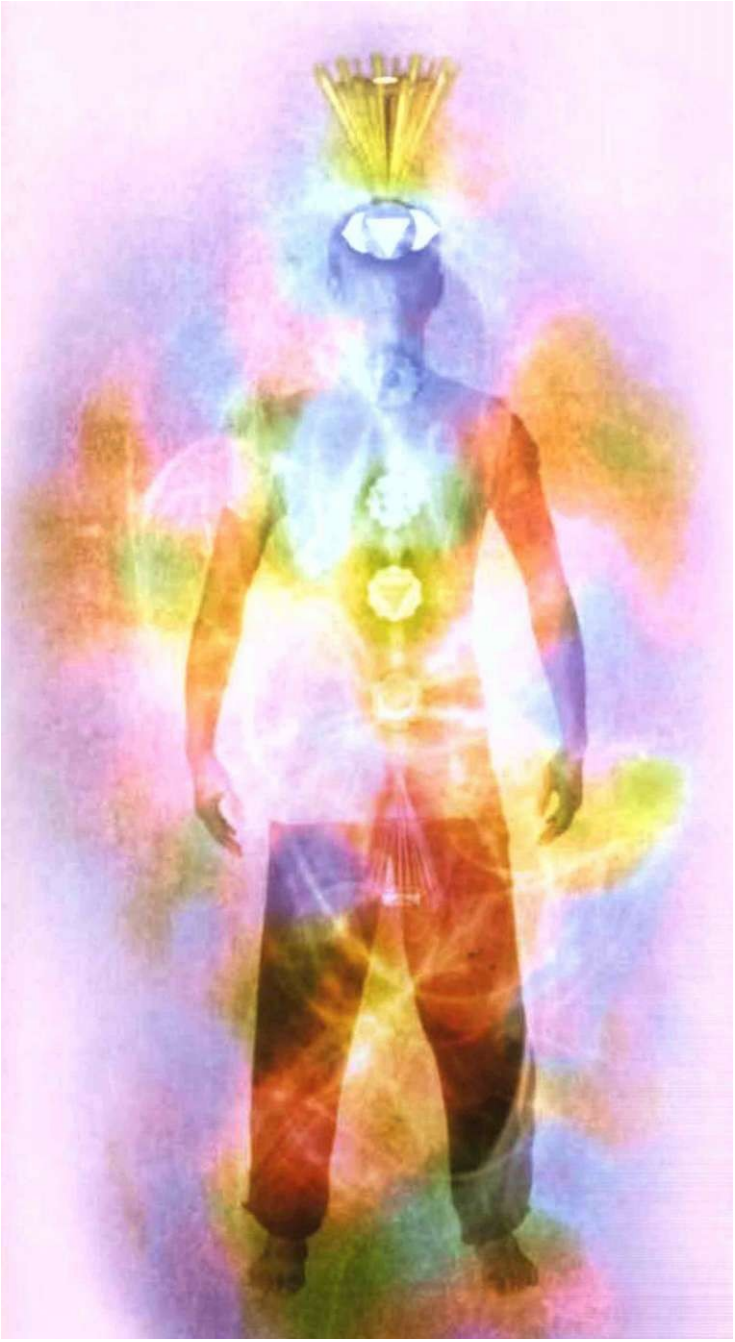
— Naşte conştiinţa datoriei împlinite.

Când corpul cauzal este suficient de elevat, poate transmite mentalului şi astralului însuşiri provenite din planurile superioare Corpul cauzal conţine cauza (sau motivul) pentru care ne-am întrupat pe această planetă. El conţine amintirile tuturor existenţelor noastre anterioare, tot ce am învăţat, ceea ce mai avem de învăţat, precum şi destinul sau karma prin care trebuie să trecem în această existenţă.

Corpul cauzal îşi are originea în realitatea spirituală. El interferează corpul mental individual, aflându-se totodată în câmpul universal. Acest corp serveşte ca

element de legătură între nivelul unităţii şi al dualităţii, în timp ce corpurile fizic, eteric, astral şi mental trăiesc pe parcursul unei singure vieţi, fiind muritoare, corpul cauzal rămâne pe parcursul întregii evoluţii a omului, în toate reîntrupările, fiind vehiculul Ego-ului.

Între corpurile fizic, eteric, astral şi mental, pe de o parte, şi corpurile budhic şi atmic, pe de alta, există un gol acoperit de două punţi. O punte este tocmai corpul cauzal. Cealaltă, denumi



tă *Sutratma*, este curentul direct al vieţii, care curge din monada spiritului, prin triada Tatălui (voinţă spirituală), a Fiului (dragoste înnobilată de înţelepciune), a Sfântului Duh (mintea spirituală), folosindu-se de puntea cauzală, pentru a ajunge în corpurile mental, astral, eteric şi a se fixa în inima eterică. Acest curent al vieţii controlează integral circulaţia sângelui în corpul fizic. *Sutrat Tno* este firul care leagă toate Eurile din fiinţa umană cu Divinitatea.

Corpului cauzal îi corespunde elementul Eter.

Corpul cauzal prezintă o patologie care are la bază transmiterea defectuoasă a intenţiilor sale către corpul fizic. Este posibil ca aici să se afle originea aşa-numitelor boli genetice, ARN-ul (acidul ribonucleic), având doar rolul de purtător cu funcţia clară de transport, ADN-ul (acidul dezoxiribonucleic) fiind doar un receptor al cauzei iniţiale.

Dacă perturbarea iniţială este localizată în corpul cauzal, ea nu poate fi generată decât de o eroare de abordare a noţiunilor de Eu şi non-Eu, situaţie atât de frecvent întâlnită la persoanele obişnuite. Acest fapt provoacă, la unele dintre ele, în funcţie şi de alţi factori, bolile autoimune şi majoritatea alergiilor alimentare.

Scopul evoluţiei este de a dezvolta conştiinţa. În ceea ce priveşte stadiul uman de evoluţie, se urmăreşte dezvoltarea corpului cauzal, ceea ce înseamnă dobândirea înţelepciunii prin experienţe. De multe ori aceste experienţe sunt însoţite de suferinţe, atât de bine cunoscute de noi. Acest lucru este posibil din acuza lipsurilor din corpul cauzal. Natura potenţială a unei fiinţe este Divinitatea. Dar, din cauza ignorării adevăratei sale naturi, fiinţa îşi poate pune singură multe piedici în cale. Scopul evoluţiei este de a înfrunta aceste probleme şi de a mări nivelul de înţelepciune prin depăşirea lor Conform acestei perspective, toate obstacolele au până la urmă un efect binefăcător şi joacă un rol constructiv.

Corpul Spiritual

Corpul spiritual (*budbic*) defineşte Iubirea percepută în sens spiritual. Mintea spirituală, sau mintea abstractă superioară, re

flectă natura divină înnăscută, prin claritate, capacitate de sinteză şi cuprindere. Atunci când această minte este trează, persoana este capabilă să perceapă toate formele în perspectiva lor corectă şi să înţeleagă realitatea cu o claritate care nu este distorsionată de iluzii şi vrăji.

Principalele funcţii:

— Posedă intuiţii care reprezintă percepţii limpezi şi directe ale adevărurilor, generând capacitatea de a vizualiza – clarviziunea;

— Oferă claritate gândirii abstracte prin corpul cauzal şi gândi rii concrete prin corpul mental;

— Dezvoltă agerimea memoriei vizuale şi auditive şi ascute instinctul consonanţelor şi disonanţelor.

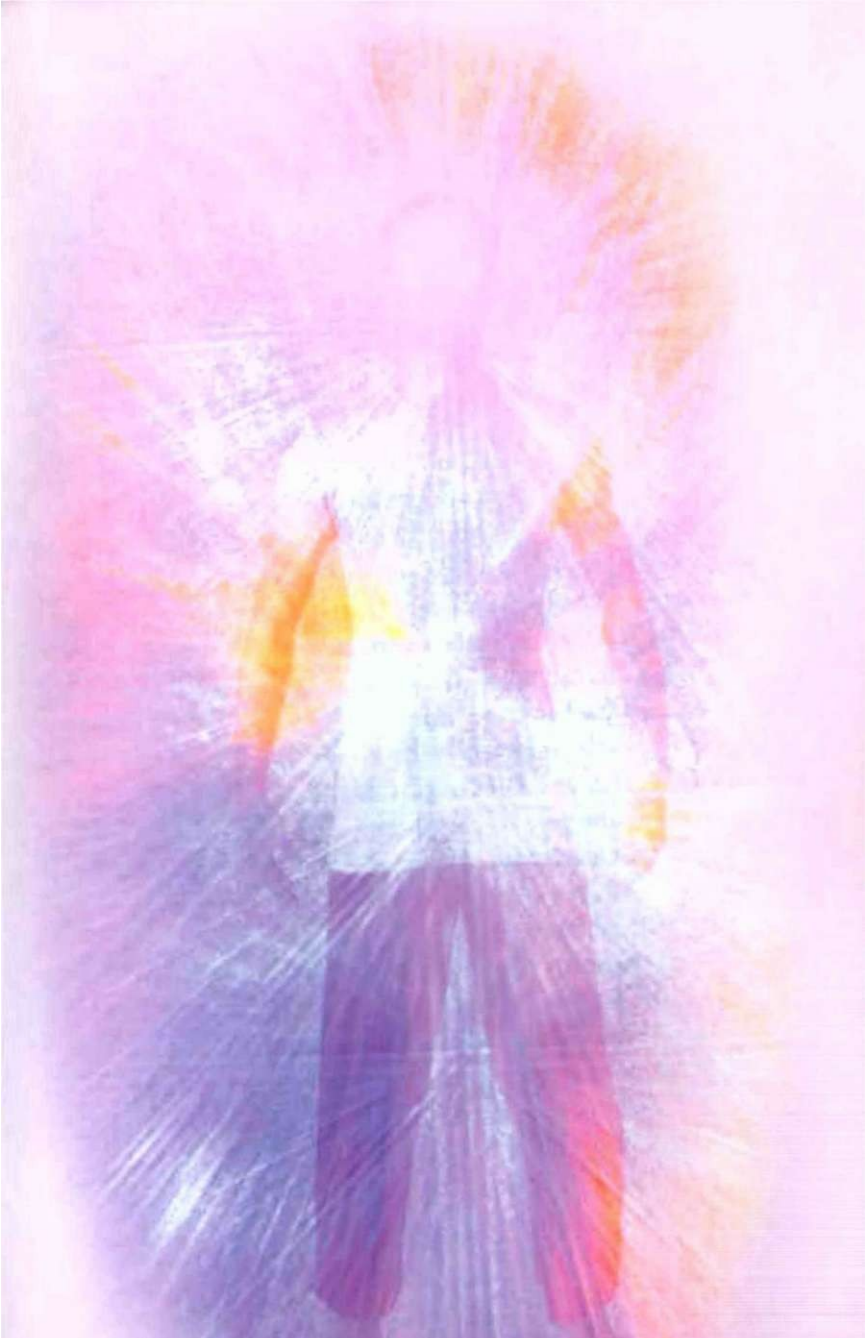
Corpul Cosmic

Este definit de cea de-a şasea Chakra (Ajna Chakra) şi este asociat cu viaţa celestă şi iubirea divină. Este extinderea iubirii dincolo de iubirea găsită în relaţiile interumane. Corpul cosmic este extins între 60 şi 85 cm de la corpul fizic. Acesta defineşte înţelegerea şi extazul experienţei divine ce poate fi înţeleasă doar prin meditaţie şi adevărata cunoaştere de sine. Ştim că pentru a vibra în armonie cu întreg universul trebuie să vedem lumina şi iubirea în tot ceea ce există în jurul nostru. Corpul cosmic emană lumină albă, alb-aurie şi este manifestat prin miriade de raze ce ţâşnesc din interiorul nostru, între aceste raze, lumina percepută fiind aceea a unui violet sublim ce se regăseşte, în funcţie de luminozitatea razelor, de la o nuanţă foarte intensă la o nuanţă foarte pală.

Acest câmp defineşte trezirea spirituală, în cadrul său reunindu-se energia celor două meridiane principale: Ida (Yang) şi Pingala (Yin), masculinul şi femininul contopindu-se în cadrul acestui câmp. Dezvoltarea acestuia defineşte daru! clarviziunii, al claraudiţiei şi al capacităţilor telepatice, precum şi puterea de concentrare

şi de vizualizare.

Acest câmp reprezintă legătura noastră cu sinele superior.



Corpul Atmic

Corpul atmic este partea cea mai subtili din fiinţa omenească şi are ca şi corespondent voinţa spirituală, reprezentând ideea divină, sursa energetică primordială a vieţii. Este un corp aproape lipsit de formă. Este bine de ştiut că voinţa spirituală se deosebeşte de dorinţă, care exprimă motivaţia centrată pe sine, necesară corpului astral. Atunci când este trează devine o forţă imanentă, propulsoare, purificatoare şi conducătoare, având legătură cu stabilirea relaţiilor interumane corecte şi cu distrugerea oricăror lucruri ce stânjenesc cursul liber al vieţii.

Câmpul atmic poate fi întărit prin credinţă şi încredere, sensibilitate, spirit de sacrificiu, conştientizarea egoului şi aspiraţia spre unificarea cu Dumnezeu. Corpul atmic este cel care generează acea stare de extaz spiritual, la care se poate ajunge prin rugăciune sau meditaţie, conştientizând astfel, legătura dintre noi şi întregul Univers, Divinitate, simţind astfel iubirea absolută, trăiri în care realizăm că suntem creaţi cu adevărat din Lumină, după chipul şi asemănarea Domnului.

Maeştrii spirituali şi clarvăzătorii au acest câmp foarte puternic deschis. El radiază într-un spectru de lumină pură pornind de la argintiu şi până la auriu intens, cu uşoare irizaţii violete şi cu aspect opalescent, foarte strălucitoare.

Este câmpul care conferă cea mai puternică protecţie şi atunci când este dezvoltat este cel mai greu de penetrat în cazul agresiunilor energo-informaţionale, funcţionând ca un adevărat „scutto energetic.

下關
水溝
四白
長強
承漿
廉泉
承漿
承泣
天樞
外陵
大巨
水道
關元
伏兔
陰市
足五
精宮
足臨泣

CV/ care se cunoaşte e propriul său stăpân.

Pierre Ronsard

MERIDIANELE ENERGETICE PRINCIPALE ALE CORPULUI UMAN

Trecând de la corpurile şi planurile subtile, revenim la energia ce „curge4” prin corpul nostru, asemenea vaselor sanguine, alcătuind o geografie foarte complexă, Vechii învăţaţi chinezi numeau aceste drumuri *„meridiane”* Pe structura acestor meridiane se bazează medicina tradiţională chineză şi acupunctura. De exemplu, o mare concentrare a punctelor de acupunctura se află la nivelul urechilor, care fac legătura cu sistemul energetic al întregului corp. Dar fiecare dintre punctele energetice din corpul nostru are caracteristici energetice proprii, mai mult sau mai puţin dezvoltate.

Corpul uman este străbătut de douăsprezece meridiane principale, care circulă la suprafaţa lui, alcătuind Marea Circulaţie Energetică. Fiecare meridian controlează câte o funcţie şi/sau organ. Denumirea celor douăsprezece meridiane energetice a fost stabilită în funcţie de acestea:

meridianul ficatului;

meridianul plămânului;

meridianul splinei-pancreas;

meridianul cordului;

meridianul rinichiului;

meridianul stomacului;

meridianul intestinului subţire;

meridianul intestinului gros;

meridianul vezicii biliare;

meridianul vezicii urinare;

meridianul celor trei focare – superior, mijlociu şi inferior;

meridianul vase-sex.

În afara acestora, mai există opt meridiane

energetice, numite curioase, care circulă în profunzimea corpului. Din cele opt meridiane curioase, două le controlează pe toate celelalte: „Vasul Guvernor şi Vasul de Concepţie”.

„Vasul Guvernor” se înalţă pe coloana vertebrală până în creştetul capului (Baihui), controlând toate meridianele *Yangy* în timp ce „Vasul de Concepţie” urmează linia de mijloc de pe abdomenn, piept, până la gât (în dreptul centrului energetic denumit Chakra Vishuddha), gură şi controlează toate meridianele *Yin*.

Aceste două meridiane alcătuiesc mica Circulaţie Energetică sau Micul Circuit Ceresc.

Revenind la meridiane, acestea pot fi încadrate într-o relaţie duală. Ele pot fi de tip *Yin* (feminin) sau de tip *Yang* (masculin):

A. Meridianele *Yin* au traseul orientat de jos în sus şi aparţin organelor pline, care sunt plămânii, inima, splina, rinichii şi ficatul. Organele de tip *Yin* au rolul de a transforma, stoca şi distribui *chi*-ul şi sângele în întregul corp. Aceste organe sunt afectate, mai ales, în cazul bolilor sau afecţiunilor de lungă durată.

B. Meridianele *Yang* curg de sus în jos şi aparţin pielii, muşchilor, dar şi organelor goale – stomacul, intestinul subţire, intestinul gros, vezica biliară şi vezica urinară. Organele de tip *Yang* hrănesc corpul şi elimină reziduurile, fiind adesea implicate în fazele incipiente sau acute ale bolilor.

Fiecare meridian are un număr fix de puncte, stabilit cu mii de ani în urmă, rămas neschimbat până astăzi. Punctele se notează cu iniţială meridianului căruia îi aparţin, la care se adaugă un număr de ordine. Numărul 1 îl va avea întotdeauna locul de unde începe traseul extern al meridianului. Punctele clasice situate de-a lungul celor paisprezece meridiane sunt în număr de trei sute şaizeci şi cinci.

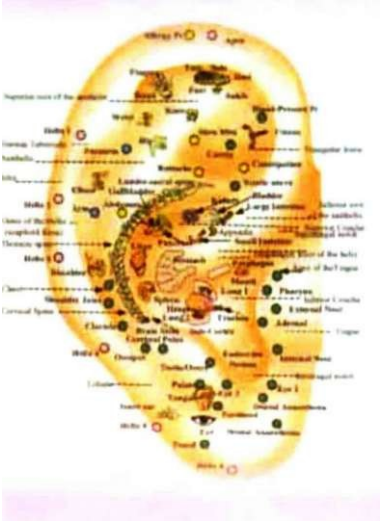
CAi-ul circulă pe meridianele energetice, făcând un ciclu complet în douăzeci şi patru de ore. În acest interval, fiecare meridian are o perioadă de maxim, după care urmează una de liniştire, fiecare fiind de două ore. Perioada de maxim se configurează astfel:

ficat	1: 00 – 3: 00	Intestin gros	3:00 – 5: 00
stomac	5: 00 – 7: 00	splină-pancreas	7: 00 – 9: 00
inimă	9: 00 – 11: 00	intestin subţire	11:00 – 13: 00
vezică urinară	13: 00 – 15: 00	rinichi	15: 00 – 17: 00
vase-trei	17: 00 – 19: 00	sex	19: 00 – 21: 00
focar	21: 00 – 23: 00	vezică biliară	23: 00 – 01: 00

Între perioada de liniştire şi cea de maxim, meridianul funcţionează la un nivel moderat

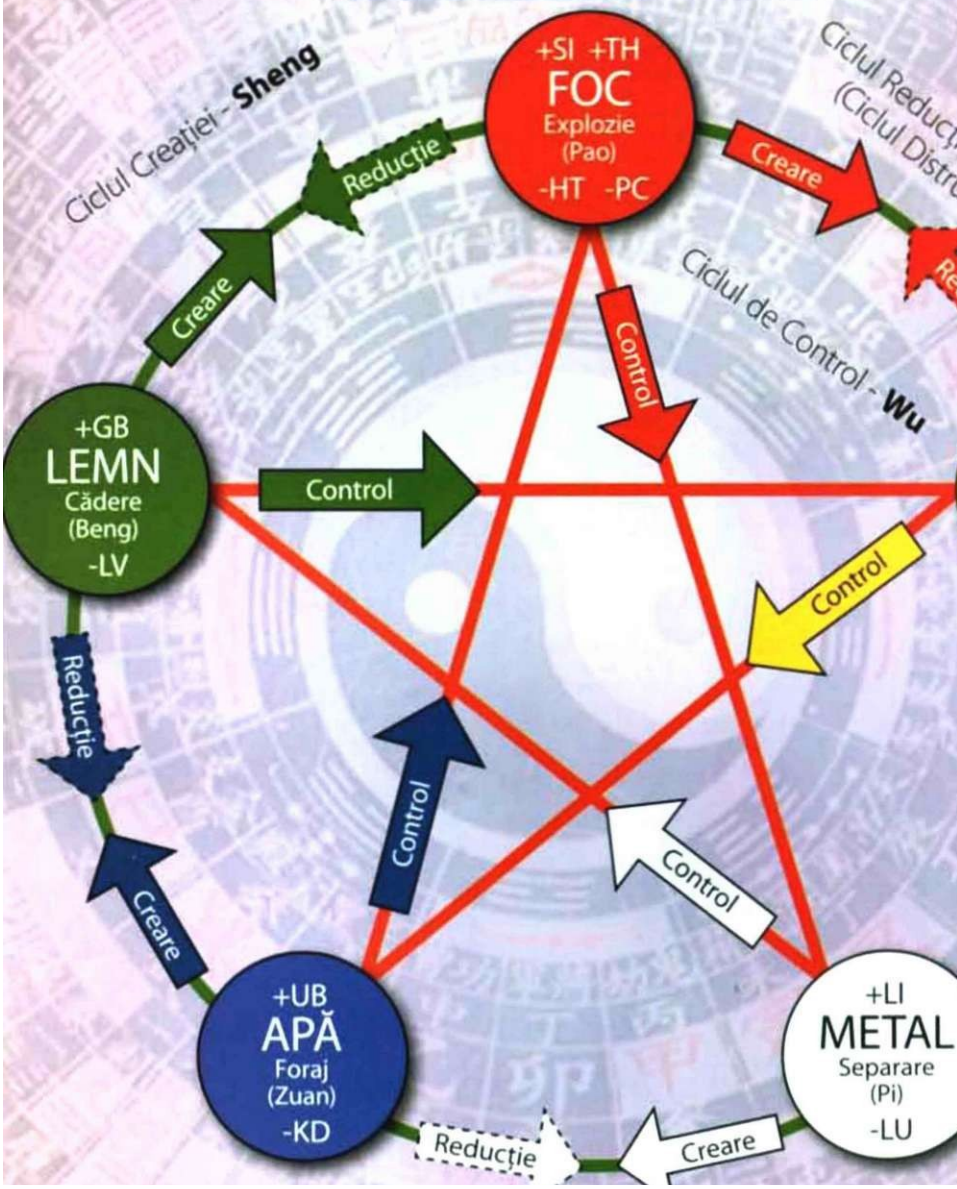
Am putea spune că, într-un fel, centrul energetic major de distribuţie către care converg toate meridianele din corpul nostru este inima. Fiecare bătaie a inimii răspândeşte în întreg organismul, asemenea unei pietre aruncate în mijlocul unui lac, o undă energetică. Bătăile inimii au un ritm normal regulat, atunci când simţim şi suntem înconjuraţi de iubire, credinţă sau afecţiune.

Pentru cei interesaţi poate ar fi bine de menţionat şi lucrarea „Curs de iniţiere în Kuatsu” pe care am publicat-o în anul 2002 în cadrul editurii Aldo Press. O lucrare care abordează punctele din L.C.D.M. (Codul loviturilor cauzatoare de moarte) ca şi elemente de reanimare sau chiar de tratare a anumitor afecţiuni. Deşi lucrarea este scrisă într-un limbaj de specialitate abordabil numai de practicanţii artelor marţiale, chiar şi accidentele ce pot surveni într-un Do Jo, pot fi folositoare ca punct de informare publicului larg.



RELAȚIILE DINTRE CELE CINCI ELEMENT

CICLUL DE ECHILIBRARE



„Toate florile viitorului se a flă în seminţele de astăzi”.

La nivlele inferioare a/a celor când elemente, în centrul /untii de pe Muntele Meru să afid palatul Mandata. Acest nepreţuit palat este impârf it. În modanalog, cu omul ca măsură divină a tuturor lucruri/or, în cefe trei niwturi ale corpului, limbajului ţi spiritului, cărora, în acest Mandata a f Rof ii-Thapului, exact 722 de zeităfi tibetane t sunt atribuite, (Kalalhaitra Mandaia, guaşă, Tibet, secolul al XVUUea)

Proverb chinez

LEGEA CELOR CINCI ELEMENTE

În corpul uman sunt reprezentate toate cele cinci elemente. Fiecărui element i se atribuie câte un organ, respectiv câte un meridian, după cum urmează:

1. Apa – Rinichi (*Yin*\ vezica urinară (*Yang*!

2. Lemnul – Ficat (*Yin*), vezica biliară (*Yang*)!

3. Focul – Inima, cord (*Yin*), intestin subţire, trei focare, vas concept (*Yang*!

4. Pământul – splina-pancreas (*Yin*\ stomac [*Yang*)!

5. Metalul – Plămân (Ym), intestin gros {*Yang*).

Fiecare om, ca orice altă fiinţă care există în univers, poate fi înţeles în termenii celor cinci energii arhetipale: pământ, metal, lemn, apă şi foc. Dintre toate aceste forţe prezente în fiecare dintre noi, una este predominantă.

Fiecăruia dintre aceste cinci elemente energetice îi corespunde o formă geometrică care reprezintă şi conţine energia sa primordiaia.

Focului îi corespunde piramida.

Pământul, ca element, este redat de pătrat.

Metalul (aerul) este definit de o jumătate de sferă sau o formă de dom.

Lemnul se manifestă în special sub o formă cilindrică sau în orice altă formă înaltă, cu aspectul unei coloane.

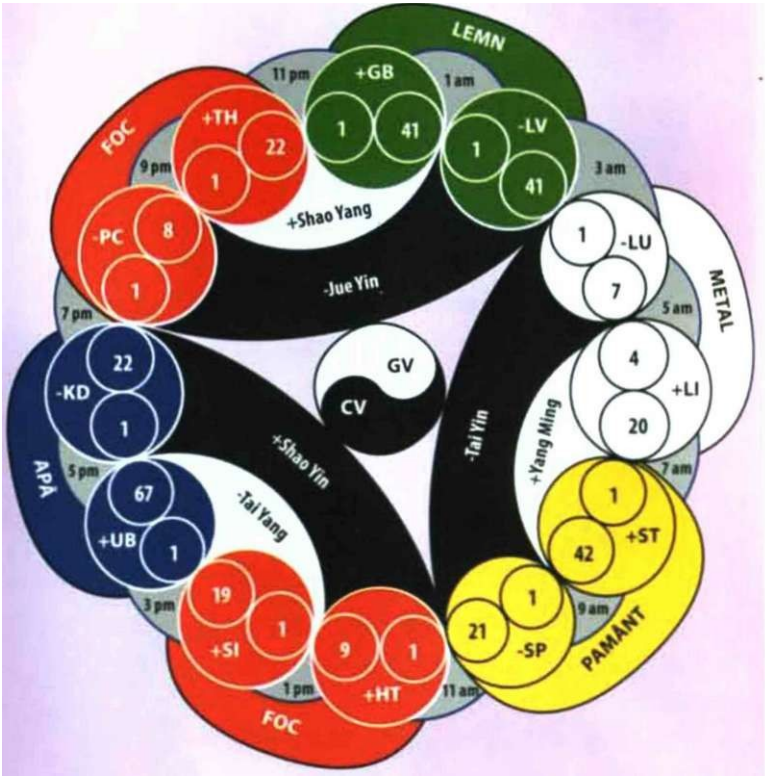
Apa are jumătatea de jos a unei sfere sau orice altă formă neregulată.

Aceste cinci forme fundamentale concentrează şi depozitează cele cinci faze de energie transformatoare.

Deoarece aceste forme conţin energie elementară, ele pot fi folosite pentru a echilibra una sau mai multe energii desincronizate în corpul sau spaţiul tău ambiental. Ştiind care este propria ta fază energetică predominantă în cadrul celor cinci forme fundamentale, poţi crea armonie în viaţa ta.

Cele cinci forţe sau faze primare de energie sunt într-o continuă transformare. Ele operează şi interacţionează în cadrul unor ci duri bine definite: ciclul creator, distructiv şi moderator. Aceste

Ciclul energetic al unei zile



Abrevierile meridianelor energetice

Organe Ying sau Zang Organe Yang sau Fu

— PC) Pericard < + TH) Triplu încălzitor

— HT) Inimă l + ŞI) Intestinul Subţire

HV) Plămâni (+ U) Intestinul Gros

— KD) Rinichi (+ UB) Vezica Urinară

— LV) Ficat (-G8) Vezica Biliară

(CV) Vasul de Concepţie (CV) Vasul Guvernor trei cicluri pot deveni instrumente utile în amplificarea energiei sau în eliminarea influenţelor energetice negative.

În ciclul creator, apa hrăneşte lemnul, lemnul creează sau hrăneşte focul, focul prin arderea lemnului creează pământul, din pământ se extrage metalul, metalul prin lichefiere creează apa.

Aşa încât dacă eşti o persoană cu elementul

predominant lemn, adică energia ta predominantă este forţa arhetipală a lemnului, atunci te poţi «hrăni” introducând elementul apă în mediul tău de viaţă.

În ciclul distructiv (de reducţie), lemnul absoarbe pământul, pământul stăpâneşte şi mărgineşte apa, apa stinge focul, focul topeşte metalul, iar metalul pătrunde lemnul.

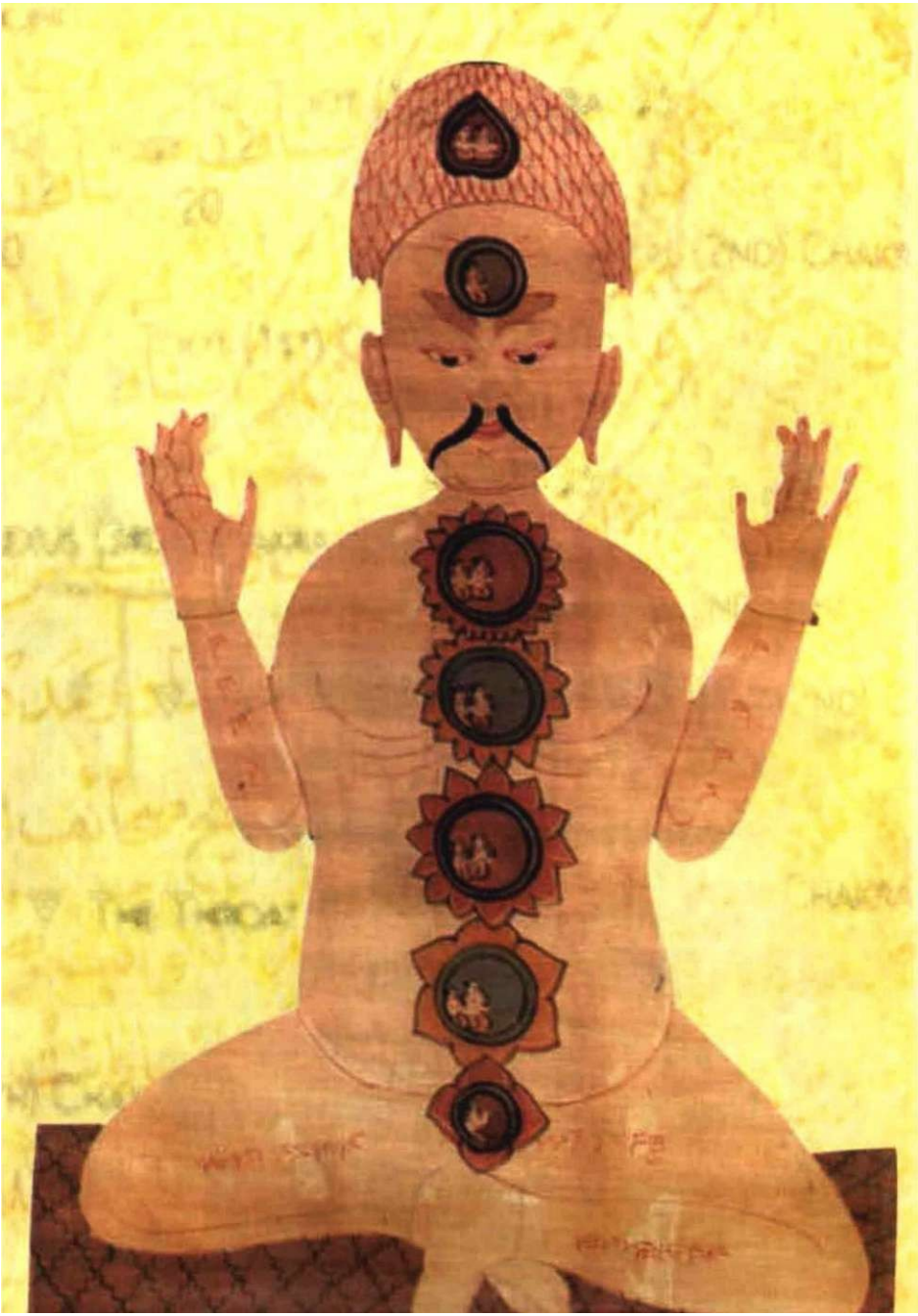
Acest ciclu poate fi utilizat pentru a neutraliza un anume tip de energie care ţi-ar putea dăuna.

În ciclul moderator (de control), pământul moderează focul, focul moderează lemnul, lemnul moderează apa, apa moderează metalul, iar metalul moderează pământul.

Pe măsură ce o energie creează sau o hrăneşte pe alta, energia sa slăbeşte în procesul creator. Focul creează pământul, dar pierde energie în acest proces; pentru a se reîncărca, atrage mai multă energie de la lemn. În ciclul moderator, energia poate fi atrasă de forţa primară fără însă a o distruge.

Cele cinci forme fundamentale nu acţionează numai la nivel arhetipal, ele adună şi concentrează energiile lor corespunzătoare, permiţându-ţi să le extragi de acolo. Un exemplu de putere inerentă a formei geometrice se poate vedea în structurile mari din Tibet (şi, în general, în Orientul îndepărtat), numite *stupă*. Oamenii de acolo meditează la baza acestei structuri pentru a echilibra toate aceste faze energetice.

Stupă este construită prin aşezarea celor cinci forme geometrice una peste alta, respectând o anumită proporţie, pentru a aduna şi depozita un echilibru al celor cinci faze. Oamenii din Tibet cred că forma rezultată acumulează şi concentrează acele forţe creatoare, ducând în final către starea de armonie.



„Cel care este stăpânul lui însuţi este mai mare decât cel care este stă panul lumii”.

Buddba

CENTRII ENERGETICI PRINCIPALI Al CORPULUI UMAN

În medicina tradiţională indiană, energia absorbită din câmpurile energetice subtile se acumulează la nivelul unor centri energetici, de unde pleacă mai departe către fiecare organ în parte. Aceste vortexuri energetice poartă denumirea de „Chakre\ având rolul de a gestiona energia primită din Univers către câmpurile corpului, de a filtra energia primită pentru organele interne sau funcţiile diverselor sisteme ce menţin ansamblul biologic al fiinţei.

Organismul nostru este străbătut de sute de astfel de vortexuri de concentrare a energiei, dar importanţi sunt, în special, şapte dintre aceşti centri – *Chakrele* principale care se regăsesc pe axul principal trasat în imediata apropiere a coloanei vertebrale. Centrii energetici secundari – *Chakrele* secundare – sunt distribuiţi astfel: câte unul în faţa fiecărei urechi, câte unul în spatele fiecărui ochi, de-o parte şi de alta, deasupra fiecărei clavicule, unul în apropierea timusului, câte unul în dreptul fiecărui sân, câte unul în fiecare palmă, unul în imediata apropiere a ficatului, unul guvernează stomacul, câte unul de-o parte şi de alta a splinei, câte unul în dreptul glandelor gonade, câte unul în spatele fiecărui genunchi şi câte unul în talpa fiecărui picior.

Cultura indiană, strâns legată de simbolism şi de geometria sacră, a folosit cunoştinţele despre Chakre în vederea vindecării şi a atingerii evoluţiei spirituale. În această cultură, Chakrele se află în echilibru, adică atunci când primesc şi dăruiesc o cantitate optimă de energie, ele sunt reprezentate sub forma unor flori de lotus deschise, simbolizând deschiderea potenţialului la maximum.

Principalele şapte Chakre de la baza organismului

către centrul coroanei sunt:

Muladhara Chakra (Chakra Bazală);

Swadhistbana Chakra (Chakra Sacrală);

Mani pura Chakra (Chakra poziţionată în plexul solar);

Anahata Chakra (Chakra Inimii);

Vishuddha Chakra (Chakra Gâtului);

Ajna Chakra (Ochiul lui Shiva / Cel de-al Treilea ochi

Ochiul Iniţierii);

Sabamzm Chakm (Brahma Chakra / Lotusul cu o mie de petale

Fiecare dintre Chakre vibrează sau se acordează la o frecvent diferită, absorbind şi radiind tipuri diferite de energie. Mişcarea de la rotaţie nu absoarbe decât energii de aceeaşi natură cu ele. Dac; Chakra vibrează la nivelul său optim, facem schimb de energie vieţii. Dacă nu, ea va atrage sau va împrăştia şi mai multă energii distructivă. Chakrele sunt deschise şi receptive sau blocate pe baz; unor factori ce ţin de experienţă, atât de natură accidentală, cât karmică, cu care vă întâlniţi de-a lungul vieţii dumneavoastră.

Muladhara Chakra

Este situată pe axa centrală, la mijlocul distanţei dintre anu şi organele genitale.

Prima chakrã este cea mai aproape de Pământ, fiind considerată Chakra de stabilitate. Ca localizare, se află la baza coloane vertebrale. Este Chakra ce vibrează la culoarea roşie, la nevoile primare ale vieţii. Tot aici îşi au locul temerile şi dorinţele, problemele de sănătate.

Simţul corespondent este mirosul. Dacă acesta nu este bine dezvoltat, e semn că această Chakra nu funcţionează bine.

Atribute: sursa de viaţă, vitalitatea. Îi corespund în principal cristale de culoare roşie (granat, rubin, coral roşu, jasp, citrin, carneol). Organe şi funcţii

corespunzătoare: organe sexuale, coloana vertebrală (sistem nervos simpatic şi parasimpatic), excreţie, rinichi, sistemul imunitar, intestine, oase.

În cazul în care *Muladhara Chakra* se află în dezechilibru, pot apărea diverse sensibilităţi precum:

tulburări ale circulaţiei venoase în zona anusului;

creşterea corpului în greutate;

tulburări de miros;

comportament violent datorită lipsei de siguranţă;

stare de somnolenţă nejustificată

Funcţie: supravieţuire, stabilitate.

Probleme asociate: obezitate, anorexie, bulimie, constipaţie, sciatică, artrită, afecţiuni ale genunchilor.

Dependenţe obişnuite: alcool, sex.

SwADHISTHANA ChAKRA

Este situată la baza pubisului.

Aceasta vibrează cu elementul apă şi culoarea portocaliu, îi corespund cristalele de culoare oranj (citrin, agat, carneol). Guvernează organele de reproducere.

Legături cu corpul; organele sexuale, intestinul gros, aparatul excretor, pelvisul, partea inferioară a spatelui.

Probleme asociate: impotenţă, frigiditate, afecţiuni la nivelul uterului, al vezicii urinare sau al rinichilor, dureri în partea inferioară a spatelui.

Dependenţe obişnuite: zahăr, hrană, alcool, relaţii instabile.

Swadbistbana Chakm se referă în mod direct la dreptul de a simţi, de a exprima şi înţelege emoţiile, nevoile şi dorinţele. Dacă se află în dezechilibru, apare un sentiment de vinovăţie foarte pronunţat.

Această Chakra permite transformarea *Chi*-ului sexual în creaţie.

Dar societatea noastră pune raţiunea înaintea sentimentului, aşa că multe dintre sentimentele noastre rămân blocate în această Chakra fără a fi eliberate

vreodată. Atunci când *Chi*-ul se blochează, nu se mai poate realiza creaţia.

Cea de-a doua Chakra înseamnă dualitate, polaritate şi mişcare. Sistemul chinezesc *Yin*/*Yang* ne învaţă că universul se bazeză pe dualism: lumină/întuneric, zi/noapre, femeie/bărbat, de la care pleacă întreaga creaţie. Această polaritate se poate exemplifica în cazul relaţiilor: cauţi în ceilalţi ceea ce îţi lipseşte.

Prin intermediul celuilalt, ca printr-o oglindă, încerci să te vezi şi să înţelegi ce îţi lipseşte şi cum poţi să integrezi aceste elemente în fiinţa ta.

Swadhistbana Chakra se referă la relaţii în general şi la conceptul potrivit căruia polii opuşi se atrag şi formează un tot Opoziţia nu este rea, ea pur şi simplu există. Dorinţa este baz mişcării; încearcă să devii un întreg găsind ceea ce îţi este opu şi integrându-l în fiinţa ta. Căsătoria, relaţiile şi sexualitatea sun încununarea acestui concept, unirea polilor opuşi pentru a deven un tot unitar.

Dezechilibrul Chakrei se poate resimţi sub diferite aspect cum ar fi:

false sentimente de vinovăţie;

tulburări emoţionale;

teama de a nu fi abandonat (a), de a nu fi iubit (a);

probleme cu rinichii, vezica urinară sau prostata;

dureri în zona pelviană;

perturbarea funcţiei de reproducere.

Manipura Chakra

Este situată la nivelul plexului solar, deasupra ombilicului.

Atribute: solaritate, expansiune, voinţă, dinamism. Îi corespund pentru activare cristalele galbene (citrin, carneol).

Are legătură cu corpul mental, unde sunt stocate toate gândurile noastre.

Manipura Chakra vibrează cu elementul foc şi

culoarea galben. Organele pe care le poate influenţa sunt ficatul, stomacul, splina, pancreasul, intestinul subţire, sistemul digestiv.

Este centrul principal al energiei *Chi* Dacă înveţi să foloseşti puterea acestei Chakre în viaţă, poţi fi sigur (a) că nu vei da greş niciodată. Unul dintre conceptele-cheie pentru folosirea eficientă a puterii personale, a CĂi-ului tău, este acela că această Chakra trebuie să fie aliniată întotdeauna cu voinţa Divină; dacă acest lucru nu se întâmplă, energia direcţionată greşit va sfârşi prin a-ţi face rău.

Funcţie: voinţă, putere.

Dependenţe obişnuite: mâncare, cofeină, pâine, aplecare spre detalii.

O funcţionare insuficientă a acestei Chakre se poate manifesta sub diferite forme:

teama nejustificată;

lipsa de respect faţă de alte persoane sau faţă de propria persoană;

emotivitate, timiditate;

gastrită, ulcer gastric şi duodenal, diabet;

probleme ale ficatului;

Anahata Chakra, „Chakra Inimii”.

Cea de-a patra Chakra vibrează cu elementul aer şi culoarea verde; este localizată la nivelul inimii. Îi corespund pietrele verzi (malachit, jad, turmaiină, aventurin), dar şi cuarţul roz. Guvernează sistemul imunitar şi circulator.

Sentimentele pe care *Anahata Chakra* le stimulează sunt: dragostea şi prietenia, iertarea şi acceptarea, compasiunea, grija faţă de semeni, iubirea necondiţionată faţă de toate fiinţele din univers.

Probleme asociate: boli ale inimii, tensiune arterială mare, boli ale plămânilor, astm, cancer la sân.

Dependenţe obişnuite: fumat, consum de droguri etc.

Este centrul *Chi* al inimii, nivel de mijloc între cele trei Chakre ale fizicului din partea inferioară a corpului şi cele trei Chakre ale esotericului din partea superioară. Este Chakra iubirii necondiţionate, a încrederii, angajamentului, compasiunii şi speranţei. Se referă în aceeaşi măsură şi la polii opuşi: ură, singurătate, mânie şi răutate.

Iubirea este expresia cea mai înaltă a tuturor sentimentelor. Prin intermediul „Chakrei Inimii” suntem capabili să dăruim şi să primim nu numai iubire necondiţionată, dar şi prietenie, dragoste şi bucurie.

Vishudha Chakra, „Chakra Gâtului”.

Este situată la baza gâtului, în dreptul glandelor endocrine, şi vibrează în strânsă conexiune cu acel câmp informaţional denumit „akasha” (marea bibliotecă a universului), unde sunt stocate toate informaţiile legate de fiinţele umane.

Părţile corpului pe care le influenţează sunt umerii, braţele, mâinile, gura şi gâtul (glanda tiroidă).

Îi corespund mineralele albastre (turcoaz, lapis-lazuli, socialit, aquamarin, topaz). Buna funcţionare măreşte puterea de clarviziune, proiecţie astrală şi comunicare. Funcţionarea insuficientă a acestei Chakre poate crea dificultăţi în exprimarea ideilor, sentimentelor, convingerilor, stări interioare contradictorii care pot genera nemulţumire permanentă.

De asemenea, poate determina unele sensibilităţi:

În zona gâtului, răceli, infecţii în gât*, dificultăţi de vorbire;

laringită;

probleme la nivelul tiroidei.

Funcţie: comunicare, creativitate.

Primele trei Chakre se referă la autorealzre, recunoaşterea de sine şi a ceea ce eşti capabil să faci. „Chakra Inimii” te conduce pe drumul unei iubiri

necondiţionate, iar a cincea Chakra îţi permite să te predai nu altei persoane, ci adevărului, a ceea ce eşti în realitate. Abia atunci poţi spune cu voce tare, în faţa tuturor, cine eşti. Acesta este centrul *Chi* al alegerii. Puterea se află în gândurile şi acţiunile tale, Fiecare gând şi fiecare acţiune au repeicusiuni asupra lumii aşa că trebuie să gestionezi cu grijă alegerile şi impactul pe cazfe îl vor avea acestea.

Acest centru energetic se referă şi la simţul critic, la judecată. Atunci când nutreşti gânduri negative, începi să creezi acele forme negative în viaţa ta. Atunci când îi critici pe ceilalţi, nu reuşeşti să-ţi dai seama că aceştia nu sunt decât o oglindă a ta. Atunci când îi minţi pe ceilalţi, te minţi şi pe tine – îţi blochezi adevăratul potenţial.

Ajna Chakra

Chakra celui de-al treilea ochi, Chakra iniţierii, este situată la mijlocul distanţei dintre sprâncene.

Caracteristica principală a acestei Chakre este stăpânirea de sine. Culoarea care vibrează cu ea este indigo strălucitor. Cristalele utilizate pentru activarea acestei Chakre sunt ametistul, turmalina indigo, fluorina.

Părţile corpului influenţate *Atjna Chakra* sunt ochii şi emisferele cerebrale.

Funcţie: clarviziune, intuiţie.

Aici apare percepţia – ideile care par că nu au nicio bază în realitatea care te înconjoară sunt integrate prin acest centru de energie *Chi* şi sunt transformate în concret.

Aceasta este poarta percepţiei prin intermediul căreia vezi, auzi şi simţi lucruri care nu au nicio explicaţie raţională. Vezi f & ră ochi, auzi fără urechi şi, pur şi simplu, ştii ceva anume. Adevărul divin devine clar şi nu are nevoie de nicio explicaţie pentru ca tu să ştii că este drept. La fel este şi atunci când sincronizarea apare cu mai mare frecvenţă – lucrurile par să se rezolve de la sine.

Disfuncţia Chakrei poate să determine probleme de

natură emoţională sau mentală:

refuzul de a învăţa din experienţele pe care ţi le oferă viaţa, astfel încât ele se repetă mereu;

anxietate;

lipsa concentrării;

afecţiuni ale sinusurilor;

migrene;

sensibilitate la nivelul ochilor.

Sahasrara Chakra

„Brahma Chakra”.

Chakra Coroană, supranumită şi „lotusul cu o mie de petale”, este situată în vârful capului.

Părţile corpului pe care le influenţează sunt: cortexul cerebral, creierul, prin urmare, întregul corp.

Îi corespund cristale albe şi violet (cristalul de cuarţ, diamantul alb, „diamantul de Maramureş”, cristalul de stâncă).

Deschiderea Chakrei este benefică pentru autovindecare autocunoaştere, armonia tuturor Chakrelor.

Aşa cum *Muladhara Chakra* este legătura cu energia oferită de Terra-mamă, *Sahasrara Chakra* este legătura cu întregul Univers

În centrul tuturor lucrurilor te afla soarele. Am putea oare găsi un loc mai bun în acest cel mai frumos templu dintre toate, din care aceastâl urnind se revând asupra tuturor lucrurilor deodată? Pe bună dreptate este numit lampa> spiritul, conducătorul Universul ut. Pentru Hermis Trismegiitos, este zeul invizibil. Elektra a lui Sofocle numindu-leelatotvăzător. Astfel, soarele stă alezat pe trxmul său regalii i} t călăuzeftecopiti care U Inoonjoară W. Copernicus. De molufwnibus orbiu meaelettium, 1543); (A. Ceilarius, Harmonia Macrocosmica, Amsterdam. 1660)

Toate lucrurile care ţi se par de neînţeles, toate conceptele pe care le consideri mai presus de tine sunt accesibile prin intermediul acestui centru energetic. Este legătura cu Dumnezeu – esenţa Divină. Prin această Chakra simţi altruismul, graţia, spiritualitatea şi binecuvântarea Divină.

Dezechilibrul Chakrei poate conduce la incapacitatea

de a avea încredere în viaţă sau de a avea o viziune de ansamblu asupra vieţii, deoarece liberul-arbitru nu mai funcţionează – involuţie spirituală.

De asemenea, pot apărea anumite sensibilităţi, cum ar fi:

afecţiuni ale oaselor, afecţiuni ale sistemului muscular şi nervos (scleroză multiplă);

disfuncţia epifizei, afecţiuni cerebrale;

tulburări genetice.

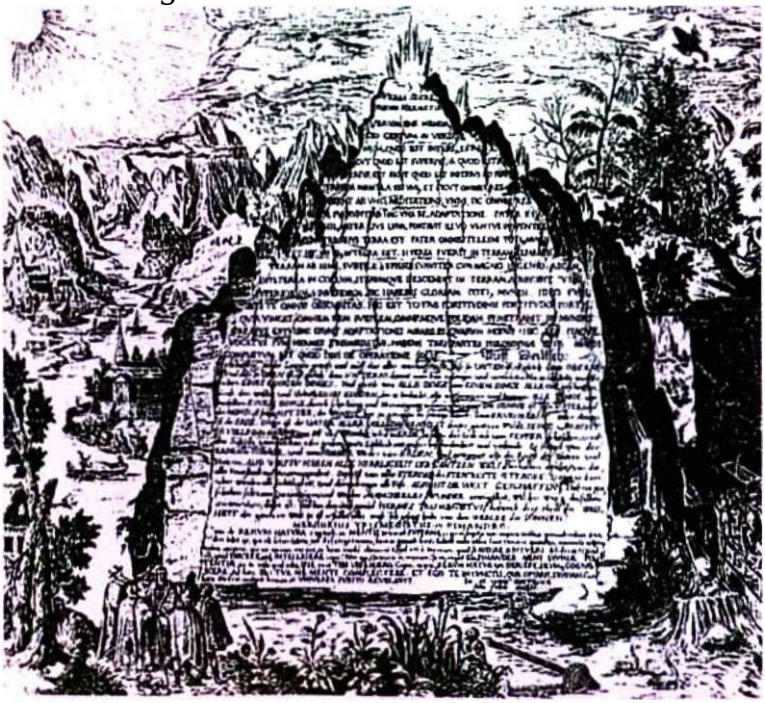
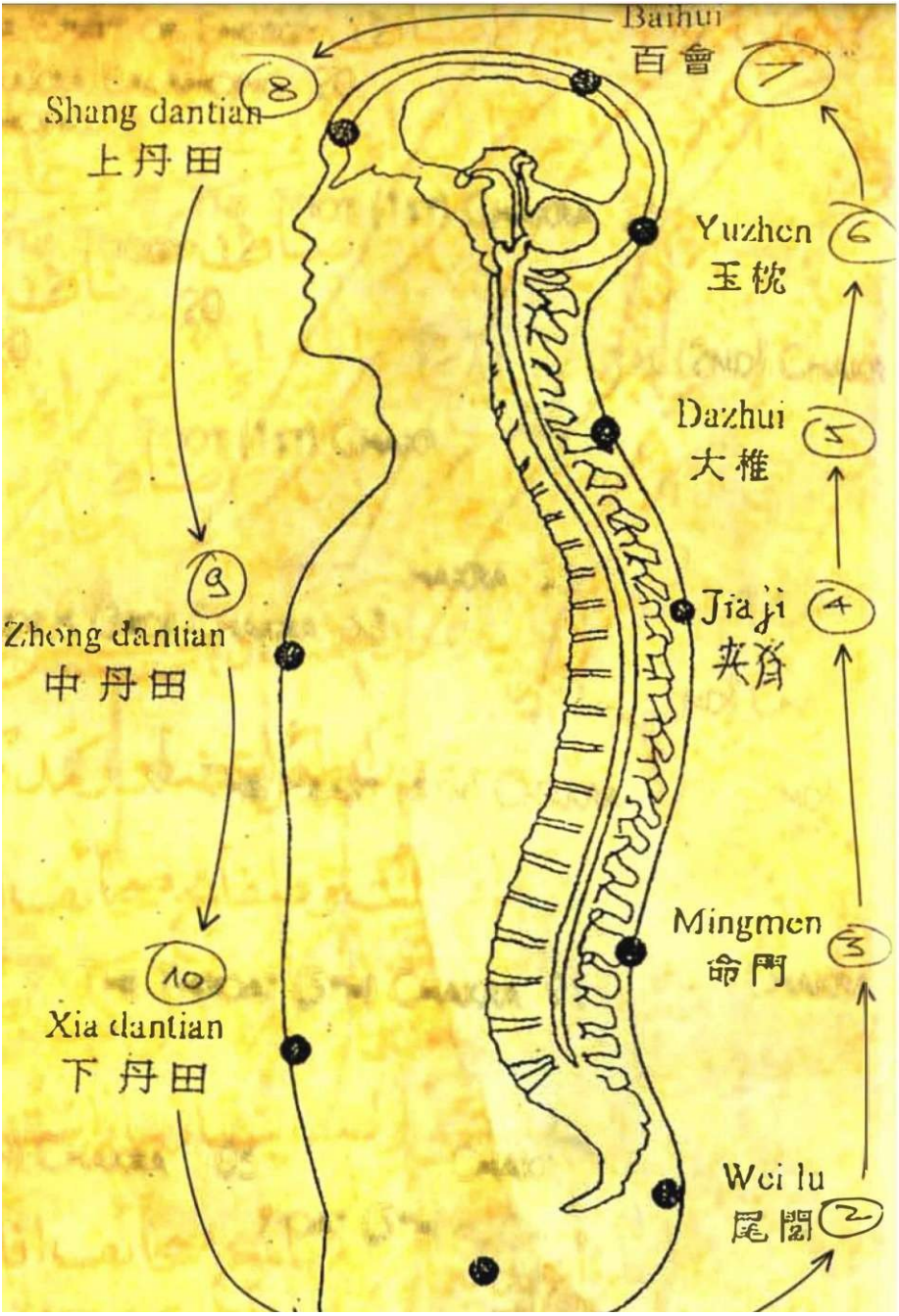


Tabla de smarald (Tabula Smaragdina), monumentul central al imaginaţiei bermeneuttce (Hermes THmegistus); (Neînrich Kh\înmh, yfmpin feh-um tapientiae acternae, Hanovra, 1606)


Baihui
百會
7
8
Shang dantian
上丹田
Yuzhen
玉枕
6
Dazhui
大椎
5
9
Zhong dantian
中丹田
Jiaji
夾脊
4
Mingmen
命門
3
10
Xia dantian
下丹田
Wei lu
尾閭
2

— Da, omul poate să aleagă: să lase să intre lumina sau să fii, să obloanele închise. Făcând această alegere, omul acţionează. Acesta este rolul său faţă de Creaţie.*

Henry Miller

TEHNICI

DE ÎNCĂRCARE ENERGETICĂ

Zi de zi observăm în jurul nostru oameni inepuizabili, plini de energie, care ne „înspăimântă” cu puterea lor de muncă sau de creaţie. Sunt oameni de succes, mereu în formă şi plini de voie bună. De asemenea, observăm persoane „obosite” la prima oră a dimineţii, mofturoase, cărora nimeni şi nimic nu le este pe plac. Cum reuşesc cei dintâi aceste performanţe deosebite? Energia subtilă este atât un dar dobândit odată cu naşterea, dar mai ales un dar care trebuie cultivat în permanenţă. Energia înnăscută este în strânsă legătură cu datele genetice ale părinţilor, putându-se pierde în absenţa îngrijirii ei permanente, asemenea unui acumulator auto a cărui putere scade pe zi ce trece.

În continuare, vom trece în revistă câteva tehnici de încărcare a „bateriilor” proprii, pentru a beneficia de viaţă lungă şi putere de muncă.

În primul rând, este bine de ştiut că un rol foarte important în dezvoltarea unor energii pozitive îl au ritmicitatea, sincronizarea activităţilor cu cele mai potrivite momente ale zilei şi crearea unui program care trebuie menţinut pe cât posibil. Să muncim când trebuie să muncim, să ne odihnim atunci când suntem obosiţi, să mâncăm când ne este foame etc. – toate acestea ne ajută să ne menţinem ritmul, pentru că fiecare corp are un ritm, are anumite cicluri pe care ar fi bine să le respectăm. Nerespectarea lor duce la dispariţia armoniei dintre corp, minte şi spirit. Cultivarea unei energii vitale optime se poate face, aşadar, prin planificarea cu atenţie a odihnei (somnului) şi a activităţilor zilnice.

O altă modalitate de stimulare a energiei corpului o reprezintă exerciţiile fizice practicate regulat. Cercetările au demonstrat că exerciţiile fizice conduc la o mai bună funcţionare imunitară a corpului omenesc.

Dar, atenţie! Exerciţiile fizice vor fi neapărat însoţite de o alimentaţie şi odihnă adecvate. Pentru că energia produce energie şi omul – practicând în limite rezonabile exerciţiile fizice – va acumula tot mai multă energie. Există însă o mare deosebire între viziunea occidentală şi cea orientală asupra exerciţiilor fizice. Un corp suplu, musculos este apreciat în cultura vestică Aşadar, ceea ce contează mai ales pentru occidentali este exteriorul. Bineînţeles că exerciţiile fizice de întărire a musculaturii au un rol benefic în ansamblul corpului omenesc, acestea influenţând pozitiv şi circulaţia sanguină.

În schimb, culturile orientale fac distincţie între cele două ti puri de exerciţii – externe şi interne. *Qi Qong* şi *Tai Chi* sunt practici speciale pentru dezvoltarea energiei vitale. În culturile orien tale exerciţiile interne primează asupra celor externe, deşi acestei din urmă îşi au rolul lor bine definit. Energia *chi*, bine cultivat şi bine stăpânită, are o influenţă extrem de benefică asupra stări generale de sănătate.

Am amintit că inima este centrul energetic al corpulu uman, către care converg meridianele. Corpul nostru dispune de un sistem de meridiane, de canale, prin care circulă energia şi sângele, care fac legătura între interior şi exterior. În linii mari dispunem de canale principale şi canale extraordinare. Priner palul rol al canalelor extraordinare este acela de a regla activitatea canalelor principale.

Sistemul meridianelor este format din:

12 meridiane principale;

8 extrameridiane;

15 ramificaţii colaterale;

12 meridiane convergente;
12 regiuni musculare;
12 regiuni cutanate.

Meridianele sunt dispuse în interiorul corpului longitudinal, iar colateralele (care sunt ramificaţii ale meridianelor) sunt dispuse superficial şi transversal.

Cu excepția meridianului Ren (vas concepție) și a meridianului Du (vas guvernare), toate meridianele sunt simetrice, ele venind ambele parți ale corpului. (Nota: deși aceste figuri arata meridianele pe ambele parți ale corpului, indicațiile corespunzătoare sunt prezente numai pe o parte.) • Aceste meridiane sunt canale prin care Qi (energie vitala) circula prin tot corpul. Dacă circulația Qi este stânjenita sau întreruptă, apar energiile Yin și Yang se dezechilibrează și poate apărea o boala. • Atât acupunctura, reflexoterapia, electroacupunctura cât și tehnicile de Kuatsu sau Shiatsu îndepărtarea blocajelor în circulația lui Qi diminuează acidul lactic și monoxidul de carbon care s-au acumulat în țesutul muscular, care cauzează îngroșarea și stagnarea sângelui. Îngroșarea sângelui creează o presiune anormala asupra nervilor, ganglionilor limfatici, vasilor de sânge, care afectează funcția sistemului osos și a organelor interne.

Nota: Primul punct al meridianului Ren(RN1) nu poate fi văzut în această figura. • El este localizat între scrot și anus la bărbați, și între mărimea posterioara a labiei și anus la femei.

- Meridianul plămânului (LU) - 11 puncte
- Meridianul intestinului gros (LI) - 20 puncte
- Meridianul stomacului (ST) - 45 puncte
- Meridianul splină-pancreas (SP) - 21 puncte
- Meridianul inimii (HT) - 9 puncte
- Meridianul intestinului subțire (SI) - 19 puncte
- Meridianul vezicii urinare (BL) - 67 puncte
- Meridianul rinichiului (KI) - 27 puncte
- Meridianul pericardului (PC) - 9 puncte
- Meridianul trei focare (SJ) - 23 puncte
- Meridianul vezicii biliare* (GB) - 44 puncte
- Meridianul ficatului* (LR) - 14 puncte
- Meridianul Du (vas guvernor) (DU) - 28 puncte
- Meridianul Ren (vas concepție) (RN) - 24 puncte

Cele douăsprezece meridiane principale, aşa cum am mai spus, sunt următoarele: meridianul inimii, meridianul plămânului, meridianul ficatului, meridianul intestinului gros, meridianul intestinului subţire, meridianul stomacului, meridianul splinei, meridianul vezicii urinare, meridianul veziculei biliare, meridianul rinichiului, meridianul „Celor trei focare” şi meridianul pericardului.

Cele opt extrameridiane au un rol complementar, de „depozite”, acestea stocând energia care se găseşte în exces în cele douăsprezece meridiane principale. În momentul în care energia din meridianele principale devine insuficientă, extrameridianele eliberează energia stocată.

Cele opt extrameridiane sunt:

Dumai (canalul Du)!

Renmai (canalul Ren)!

Chongmai (canalul Chong)!

Daimai (canalul Dai);

4 Yinqiaomai (canalul Yinqiao)!

Yangqiaomai (canalul Yangqiao);

Yinweimai (canalul YinwetJ.

Yangzueimai (canalul Yangzvei).

Cele două trasee ale circulaţiei energiei (în acelaşi timp, două tehnici de încărcare cu energie) sunt:

1. *Mkul Circuit Cerne* (transformara. În energie a esenţei corporale);

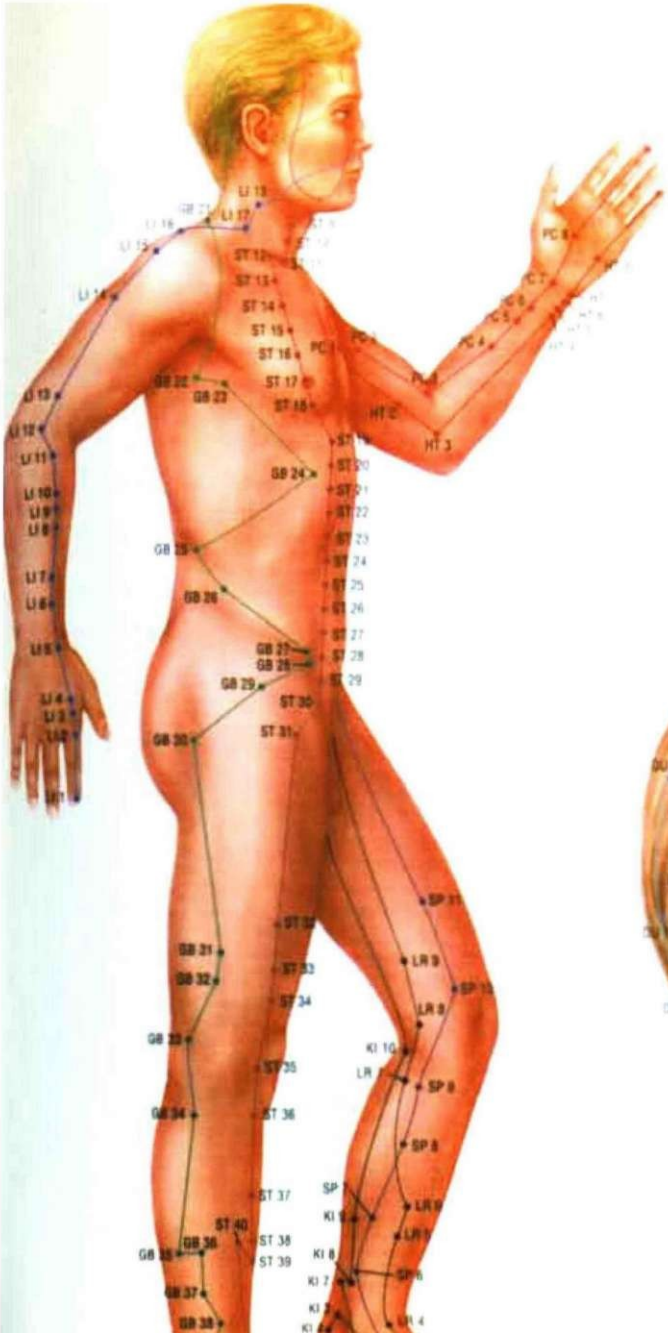
2. *Marele Circuit Ceresc* (transformarea în spirit a energiei).

Corpul nostru este considerat a fi Micul Circuit Ceresc, în timp ce unirea acestuia cu exteriorul se constituie în marele circuit ceresc.

Micul Circuit Ceresc *fxiao zhutian*) are legături cu interiorul corpului; cu ajutorul acestuia se modelează interiorul, acordând atenţie numai energiei interioare, absorbite în prealabil şi cultivate iniţial sub forma unei

sfere energetice de culoare portocalie.

Prin practicarea Marelui Circuit Ceresc (*da zhutian*) % se are în vedere permanenta legătură între universul interior şi cel exterior.



Meridian
Meridian
Meridian
Meridian
Meridian
Meridian
Meridian
Meridian
Meridian
Meridian
Meridian
Meridian
Meridian

Note: Punctele HT1, DU
aceasta figura. • HT1 est
axilei, chiar in interiorul
localizat sub buza superi
superioara si gingie. • K
mijlocul boltii transverso

Micul Circuit Ceresc

Micul Circuit Ceresc se referă la corpul uman, la dimensiunile omului, iar transformările care apar au caracter lunar. Acesta poate fi explicat ţinând cont de legăturile din Univers. Pământul efectuează o mişcare în jurul axei sale într-o zi: astfel, pentru practicantul micului circuit va apărea câte o schimbare în fiecare zi. Micul Circuit Ceresc are efecte benefice în tratarea afecţiunilor cardiace, ale rinichilor; în general, se foloseşte această tehnică pentru tratarea bolilor ce apar în jumătatea superioară a corpului.

Traseul acestuia cuprinde extrameridianele *renmai* şi *dumai*. Pentru a efectua Micul Circuit Ceresc, trebuie realizate, în această ordine, următoarele tehnici:

acumularea energiei;

cultivarea energiei;

practicarea propriu-zisă a Micului Circuit Ceresc.

Mai există un exerciţiu ajutător (dar nu obligatoriu) pentru practicarea Micului Circuit, şi anume tehnica flotărilor. Dacă practicantul doreşte să realizeze acest exerciţiu, îl va face înaintea celorlalte tehnici.

Acumularea energiei înainte de a începe practicarea Micului Circuit Ceresc, răcoreşte-ţi faţa cu apă rece, goleşte-ţi vezica, îndepărtează de pe corp obiectele metalice (ceas, bijuterii etc.). De asemenea, hainele pe care le porţi nu trebuie să-ţi stânjenească mişcările. Respiră egal, fii cât mai relaxat (a)! repetă în gând: „Energia mă înconjoară, eu mă aflu în mijlocul ei, eu folosesc energia”.

Exerciţiul se va practica în picioare, cu gambele ceva mai depărtate decât lăţimea umerilor. Braţele atârnă liber pe lângă corp. După ce ţi-ai golit mintea de orice gând care ţi-ar putea perturba exerciţiul, descrie cu palma dreaptă, cercuri din ce în ce mai mari în regiunea de sub ombilic, la cincisprezece – douăzeci de centimetri

depărtare de corp. Femeile vor mişca mâna în sensul invers acelor de ceasornic, iar bărbaţii în sensul acelor de ceasornic. În acest timp, trebuie să te gândeşti că energia pozitivă din jurul tău se strânge într-un vârtej în faţa abdomenului inferior.

În momentul când cercurile au raza maximă, repetă fraza: „Energia mă înconjoară, eu mă aflu în mijlocul ei, eu folosesc energia”. În continuare, cercurile pe care le descrii încep să descrească până revin la dimensiunile iniţiale. Acum poţi spune că ai efectuat un ciclu de acumulare a energiei. Acest ciclu trebuie repetat de mai multe ori până când vei căpăta certitudinea că te-ai încărcat cu energie. La finalul mai multor cicluri de acest fel, palma se va opri în faţa abdomenului inferior. Energia acumulată până acum va fi introdusă în interiorul corpului prin intermediul mentalului şi al palmei în care a fost acumulată energia.

Cultivarea energiei

Pentru reuşita acestei practici, factorul timp este primordial, în sensul că două treimi din perioada exerciţiului se dedică cultivării energiei şi o treime lucrului efectiv cu energia obţinută.

Postura pentru acest exerciţiu este asemănătoare cu cea premergătoare meditaţiei. Cultivarea energiei se poate face la fel de bine şi stând pe un scaun, cu picioarele uşor depărtateaceasta fiind poziţia cea mai comună dar şi în alte poziţii, cum ar fi, de pildă, culcat. Încălţămintea purtată nu va avea tocuri, iar tălpile vor fi aşezate în întregime pe sol. Coapsele şi gambele picioarelor formează un unghi drept, spatele este drept, de asemenea şi capul. Palmele se aşază deasupra abdomenului inferior: femeile cu palma stângă deasupra, iar bărbaţii invers. Orice gând care ar putea distrage concentrarea va fi îndepărtat. Respiraţia va fi cât se poate de egală. Eşti în centrul Cosmosului, iar centrul lui se află în abdomenul tău.

Acum energia se acumulează în abdomenul inferior, formându-se un circuit energetic.

Explicaţii privind practica Micului C uruit Ceresc

Aceasta constă în traversarea pe linia mediană a corpului, pe partea anterioară şi posterioară, în interiorul corpului, a unei sfere de energie. Micul Circuit Ceresc este alcătuit din traversarea a noua zone, similare ca localizare cu centrii energetici {*Chakrele*), definiţi în practica *Hathayoga*. În prealabil, aceste nouă zone trebuie deschise, apoi se alcătuieşte un circuit din ele. Deschiderea unei zone este considerată realizată atunci când energia curge liber prin ea.

Cele nouă zone care alcătuiesc Micul Circuit Ceresc sunt:

zona dintre sprâncene {*shang dantian*\ zona din dreptul punctului Yintang;

zona aflată la baza toracelui {*zhong dantian*\ zona din dreptul punctului *Shanzhong*;

zona din dreptul abdomenului inferior sub ombilic (xia *dantian*)!

zona poziţionată între organele genitale şi anus {*huiyin*)!

baza coloanei vertebrale {*wei*! *u*)!

zona de pe coloana vertebrală, din dreptul ombilicului, la jumătatea distanţei dintre rinichi {*mingmen*);

zona marii vertebre {*dazhut*)!

zona de la baza cutiei craniene (*yuzhen*)!

zona creştetului capului {*baihui*!

Pentru că energia se acumulează în corpul practicantului din exterior, cel care doreşte să se încarce cu energie va avea nevoie de aproximativ trei luni pentru a dobândi această practică, exersând îndeajuns de des. Dacă va beneficia de ajutorul unui maestru, perioada va fi mult mai scurtă, de la o săptămână la şase săptămâni.

Este indicat ca exersarea să se facă între orele 11 şi 13 sau 23 şi 1 în aceste perioade înregistrându-se rezultate optime. Dar exersarea se poate face şi în alte momente ale zilei, cu condiţia să te gândeşti că cele două canale, *renmai* şi *dumai*, sunt două trasee luminoase. Exersarea se poate realiza nu numai acasă, ci şi pe stradă, gândindu-te la sfera de energie ce traversează Micul Circuit.

După ce traseul extrameridianelor *renmai* şi *dumai* a fost parcurs de mai multe ori, se va executa încheierea exerciţiului, în finalul lui, practicantul îşi va freca palmele cu putere pentru a le creşte încărcătura energetică şi căldura. Apoi palmele vor fi trecute peste faţă, din mijlocul acesteia spre părţile laterale. În timp ce palmele sunt trecute peste faţă, repeţi în gând de nouă ori: „Întineresc, chipul meu devine din ce în ce mai luminos”. Masează în continuare cu degetele capul, pornind de la frunte către ceafi Suprafaţa capului se masează de trei ori: mai întâi pe mijloc, apoi pe laterale şi până la extremităţi. Cu palmele uşor deschise, având degetele despărţite, se va descărca energia din palme, stimulând în acest fel centrii energetici ai capului. Are efecte benefice în migrene sau hipertensiunea arterială.

Se va trece în continuare la masarea de nouă ori a suprafeţei urechilor, de sus în jos şi din exterior către interior, şi la tragerea de lobii urechilor. Pentru că tot corpul omenesc este proiectat în ureche, acţionând asupra urechii, acţionaţi asupra întregului corp. În particular, urechea fiind în legătură directă cu rinichii, masarea ei va influenţa în mod pozitiv aceste organe.

Cu palma stângă, apoi cu cea dreaptă, se va masa marea vertebră de nouă ori. Acest exerciţiu împiedică producerea transpiraţiei şi opreşte pătrunderea în corp a energiilor negative, în încheiere, se va mişca bărbia circular de nouă ori.

Marele Circuit Ceresc

Marele Circuit Ceresc trece dincolo de dimensiunile energetice ale corpului omenesc, până a infinitul Universului. După însuşirea practicii Micului Circuit, practicantul va învăţa că poate fi centrul Universului, modificându-şi dimensiunile spirituale. Se vor produce numeroase schimburi de energie între interior şi exterior.

La realizarea Marelui Circuit, va trebui să se ţină cont de relaţia Pământ – Soare. O rotaţie completă a Pământului în jurul Soarelui are loc într-un an. Aşadar, pentru cel ce exersează Marele Circuit Ceresc, transformarea va apărea anual.

După ce te vei simţi capabil (a) să cultivi şi să dirijezi energia prin Micul Circuit, vei putea să avansezi în practică exersând Marele Circuit, dirijând energia în braţe şi picioare.

În exersarea Marelui Circuit ceresc vei parcurge următorii paşi:

Concentrează-te asupra centrului ombilical până în momentul în care vei simţi o senzaţie de energizare sau căldură intensă. Condu apoi energia până la abdomenul inferior, în continuare, prin coloana vertebrală, până a creştetul capului, după care revii în regiunea abdomenului inferior. De la abdomenul inferior, traseul energetic se va împărţi în două, iar energia va fi condusă în jos prin partea din spate a celor două coapse către partea posterioară a genunchiului (al paisprezecelea centru energetic).

Condu energia în zona tălpilor (al cincisprezecelea centru energetic) prin muşchiul exterior al gambei.

Concentrându-te asupra celui de-al cincisprezecelea centru energetic, vei scădea presiunea sângelui şi vei întări rinichii. Datorită localizării energiei la nivelul picioarelor, vei alunga oboseala. După ce te vei concentra mental pe tălpi, dirijează energia strânsă aici spre degetul mare al piciorului (al şaisprezecelea centru energetic). Pentru că meridianele splinei şi ficatului trec prin degetele mari ale picioarelor, acest exerciţiu va întări aceste organe.

Pentru ca energia să ajungă în partea anterioară a genunchiului (al şaptesprezecelea centru energetic), energia va circula în sus prin fluierul piciorului până în partea anterioară a genunchiului. O dată energia ajunsă în

acest centru, splina şi stomacul vor fi fortificate, deoarece meridianele celor două organe trec prin acest centru. De asemenea, şi genunchii vor fi întăriţi, prin absorbţia energiei din pământ prin tălpi şi laba piciorului către genunchi.

Dacă, parcurgând aceste etape, vei simţi furnicături sau căldură în organele menţionate, concentrează-te din nou spre zona abdomenului inferior şi condu energia de-a lungul părţilor interioare ale coapselor.

Ajuns (a) în acest punct, dirijează energia către coccis, în zona opusă ombilicului şi plexului solar, până către mijlocul zonei scapulare.

Din zona scapulară, energia se va împărţi prin cele două braţe, va coborî, prin zona interioară a braţelor, prin antebraţe până la palme. O dată energia ajunsă în aceste puncte, concentrează-te asupra acestora, apoi condu energia de-a lungul degetului mijlociu. În continuare, dirijează energia prin partea exterioară a antebraţelor, de-a lungul părţii exterioare a braţelor, până ajunge la umeri. În acest punct, energia se va revărsa în coloana vertebrală.

Condu apoi energia prin ceafa către creştetul capului. În acest fel, energia va coborî la limbă, de unde seva întoarce la ombilic, închizând circuitul.

După ce ai exersat îndeajuns marele circuit, timpul se va scurge altfel pentru tineunanvafiozi, iaroziva trece asemenea unui an.

Imaginaţia este mai importanta deiiU cunoaşterea. h/mstein vând I Câtoari:

Fiecare culoare are un efect particular asupra noastră. Încă din Antichitate, oamenii au sesizat efectele culorilor şi au încercat să vindece bolile cu ajutorul lor. Culoarea era folosită nu numai în scopul tămăduirii, ci şi al stimulării mentalului şi al creşterii forţei vitale. Fiecare culoare are o frecvenţă de vibraţie şi emite o undă care, după părerea vechilor chinezi, străbate retina şi ajunge la

nervul optic, producând un lanţ de reacţii în organism.

Roşu

Pentru europeni, roşul exprimă dragostea, iubirea, pofta de viaţă, pasiunea, extazul. În Extremul Orient, el evocă în general căldura, intensitatea, acţiunea şi trăirea intensă. Roşul este culoarea tendinţei expansive, *rajas.* Întruchipare a ardorii şi a tinereţii năvalnice, roşul este, în tradiţiile irlandeze, culoarea prin excelenţă războinică. În Japonia, este purtată aproape exclusiv de femei. Este un simbol al sincerităţii şi fericirii.

Roşul are cea mai joasă frecvenţă de vibraţie şi cea mai mare lungime de undă, fiind o culoare extrem de excitantă. El stimulează secreţia de adrenalină, aducând un surplus de energic şi vitalitate privitorului, creşte presiunea sanguină, măreşte tonusul muscular, activează respiraţia. Roşul este considerat un stimulent universal. Această culoare are acţiuni binefăcătoare asupra sângelui şi facilitează regenerarea celulară, măreşte puterea voinţei şi curajul.

Deoarece este considerat a îi un stimulent universal (şi este asociat cu căldura), roşul este indicat în stări de moleşeală, lâncezeală, oboseală, depresie, în tulburări respiratorii, răceală, tuberculoză, bronşită, anemie, gripă, dureri reumatice etc.

Stimulator general, excită, irită, provoacă, incită la acţiune, îndeosebi în plan psihomotor. Stimulator intelectual, uşor neliniştitor, facilitează asociaţiile de idei. Din nefericire, însă, este

foarte folosit în toate formele de manipulare vizuală, de la simple reclame până la campaniile „publicitare”.

Galben

Pentru europeni, galbenul reprezintă culoarea orgoliului, a geloziei. În schimb, pentru creştini în general, galbenul-auriu reprezintă Divinitatea, sentimentele şi iubirea faţă de Dumnezeu sfinţenia. În iconografie regăsim

acel Halou de Lumină ce în conjoară capul Sfinţilor şi al îngerilor. În cosmologia mexicană, galbenul-auriu este culoarea pe care o are pământul înainte de înverzire, la începutul anotimpului ploios. Această culoare este aşadar, asociată misterului reînvierii.

Galbenul stimulează creierul, limpezind mintea şi ajutând la luarea deciziior rapide. Cea mai importantă acţiune a sa este aceea de a ameliora digestia.

Pentru că este o culoare asociată cu astrul zilei şi cu lumina solară în sine, se spune ca galbenul e cel care ne face mai optimişti. Stimulează sistemul limf atic, asigurându-i funcţionarea în condiţii optime. De asemenea, stimulează netvul optic şi influenţează funcţionarea normală a sistemului cardio-vascular.

În plan psihologic, înviorează, fiind o culoare caldă, dinamică; fiind veselă, stimulează vederea; fiind relaxantă, se foloseşte în calmarea crizelor sau a stărilor de anxietate.

Persoanele care poartă galben în mod excesiv trădează o sensibilitate a meridianului bilă-ficat, în general, o afecţiune hepatică.

Portocaliu

Pentru europeni, aceasta este culoarea veseliei, a căldurii şi senzualităţii. Este o culoare revitalizantă, care reprezintă energiile solare şi anunţă deschidere către ceilalţi şi sinceritate. Pentru tibetani şi pentru călugării budişti, în genere, reprezintă evoluţia spirituală şi bucuria iluminării. Să ţinem seama, totuşi, de faptul că, pentru a atinge iluminarea, se impune renunţarea la tot ceea ce ne constrânge în plan material. Evoluţia spirituală nu are nimic în comun cu lumea materială, urmărindu-se obţinerea acelei stări de detaşare faţă de tot ceea ce înseamnă griji pământene, necesităţi, ambiţii, dorinţe materiale.

Pentru lumea arabă, portocaliul înseamnă şi jertfa.

Să nu uităm că, înainte de a fi ucise, victimele anumitor grupări teroriste sunt îmbrăcate într-o cămaşă portocalie, ca simbol al sacrificiului înţeles în mod greşit, într-un război ce se doreşte a fi considerat sfanţ.

Portocaliul este folosit în terapia depresiilor şi este de mare ajutor la revenirea după un şoc emoţional. Are un rol în întărirea sistemului imunitar, în special pentru persoanele care suferă de pe urma alergiilor, primăvara. Portocaliul are, de asemenea, un puternic efect benefic asupra sistemului digestiv şi stimulează organele sexuale.

Această culoare contribuie la o circulaţie mai activă a energiei prin canalele corpului energetic subtil şi menţine starea sănătoasă a ţesuturilor pielii şi a mucoaselor.

Purtarea hainelor în diverse nuanţe portocalii te ajută să scapi de tristeţe şi de spaime, previne căderile nervoase şi ajută la creşterea poftei de mâncare. Fiind o culoare caldă, dezinhibă, conferă optimism, veselie, senzualitate, provoacă stimularea emotivă.

De asemenea, favorizează secreţia gastrică şi îmbunătăţeşte digestia. Culoarea portocalie are efecte benefice împotriva oboselii, decepţiilor, deziluziilor, ipohondriei, stresului, demenţei senile sau ajută în caz de epilepsie, astm cronic, tuse, spasmofilie etc.

Roz

Ca şi portocaliul, este rezultatul unui amestec de culori, roşu şi alb, culori opuse, dar care se completează foarte bine. Pentru europeni, culoarea roz reprezintă copilăria fericită, iubirea neprihănită şi inocentă. Simbolistic, reprezintă semnul iertării şi al prieteniei. Este o culoare ce îl face pe cel care o poartă să iubească lumea spirituală. Romantică şi afectivă, roz este culoarea iubirii.

Vivacitatea este caracteristică acestei culori, iar dacă apare frecvent în vestimentaţia unei persoane mature indică dorinţa acesteia de a trăi şi de a se bucura de viaţă. De asemenea, în cazul copiilor s-a observat că stimulează

creativitatea şi sentimentul de protecţie maternă.

Verde

Culoare a naturii şi a vieţii; verdele simbolizează pacea, moderaţia, primăvara cu un nou început. Pentru irlandezi, culoarea verde „de smarald” parcă ar vrea să spună: „Sunt liber şi mă bucur de ceea ce văd şi ce simt”, fiind oarecum în contrast cu roşul de rubin, culoarea esenţială pentru Regatul Unit al Marii Britanii.

Verdele are o lungime de undă cu valoare medie, mediator între rece şi cald, între sus şi jos. Este o culoare liniştitoare, răcoritoare, umană, fiind benefică pentru vedere şi pentru sistemul nervos.

Verdele este recomandat camerelor de odihnă şi relaxare, deoarece oferă sentimente de linişte şi armonie, vindecă şi linişteşte sufletul, elimină tensiunile şi anxietă ţi le. Oamenii se simt confortabil când în încăpere există pete de culoare verde, chiar dacă ele nu sunt foarte mari sau foarte deschise – oricum, au efect odihnitor asupra ochiului, creând linişte, bună dispoziţie, relaxare.

Culoarea verde este utilizată în general datorită capacităţii sale de a destinde psihicul şi corpul, în cazuri de dureri de cap, nevralgii, hipertensiune, insomnie, ulcer, tulburări cardiace sau cancer.

Din păcate, culoarea verde îşi găseşte şi ea un loc de cinste în toate formele de exprimare a manipulării vizuale, creând dependenţă şi anumite fixaţii.

De asemenea, folosirea în exces a acestei culori poate determina o creştere patologică a activităţii bilei şi poate fi în acelaşi timp cauza apariţiei pietrelor în căile biliare.

Albastru în cultura europeană, albastrul defineşte speranţa, crezul, infinitul cerului şi ajutorul Divin.

În budismul tibetan, albastrul este culoarea lui Vairochana, a înţelepciunii transcendente, a cărei posibilă imagine este aceea a imensităţii cerului albastru; Lumina

albastră a înţekpciunii hai Dbzrmadhatu {conştiinţa originară), cea care dfsrhirip Calea Eliberării.

Albastrul este cea mai rece dintre culori şi, în valoarea sa absolută, cea mai pură, în afara vidului total al albului neutru, în psihanaliză, albastrul-deschis este calea reveriei, iar albastrul-închis, o cale a visului premonitor, ce transcende dincolo de impulsurile subconştientului.

Calmează respiraţia şi reduce frecvenţa pulsului. Albastrul stimulează producţia de melatonină, un hormon care ne ajută să ne relaxăm şi să avem un somn profund. Multă lume care suferă de insomnie nu ştie că, dacă citeşte la o veioză cu abajur albastru, somnul nu va întârzia să apară.

Violet

Culoarea violet are capacitatea extraordinară de a uşura accesul la stările de meditaţie şi de a accelera evoluţia spirituală. Este utilă în cazuri de migrene şi stimulează activitatea glandei tiroide. Spiritual, această culoare este considerată a fi o reflexie a Sfântului Duh.

Violetul este o culoare a măsurii, constituită din roşu şi albastru în proporţii egale, din luciditate şi acţiune cugetată, echilibru între Cer şi Pământ, simţuri şi raţiune, înţelepciune şi patimă.

Culoarea violet ne hrăneşte şi ne enecgizează în mod inefabil partea cea mai înaltă a creierului, ajutându-ne să ne extindem orizontul înţelegerii. Leonardo da Vinci susţinea că puterea de meditaţie a fiinţei umane poate fi mult mărită dacă medităm într-o cameră cu geamuri de culoare violet la ferestre, atunci când soarele este la amiază.

Cristalul de culoare violet, Ametistul, iniţiază înţelepciunea şi înţelegerea superioară, prezenţa sa aduce linişte, armonie, pace interioară, ajută în călătoriile în astral, călăuzeşte mintea spre o înţelegere mai profundă.

Violetul are un efect benefic asupra stării mentale,

fiind cunoscut drept o culoare care sporeşte încrederea în sine şi forţa spirituală.

La nivel psihic, culoarea violet calmează rapid angoasele, anihilează frica, elimină agresivitatea şi face să dispară gelozia.

Înglobând clarviziunea, sentimentul eternităţii, starea de fuziune şi unitate cu tot ceea ce ne înconjoară, violetul stimulează trăirile spirituale înalte, precum şi simultaneitatea unor stări ca optimism şi nostalgie.

Negru

Pentru europeni, negrul este asociat cu suferinţa, cu renunţarea sau pierderea cuiva drag, cu depresia şi singurătatea.

S-a constatat că preferinţa către vestimentaţia de culoare neagră este motivată întotdeauna de starea de spirit a persoanei care o poartă. Ea anunţă dorinţa de singurătate, independenţă, neimplicare şi, mai ales, perioade de criză morală.

„Omul estenefericiptentru că nu ştie că ofericit”. Dostoievs & i

POSIBILE REACŢII

Pe un medicament, ar suna ca un avertisment: „Reacţii adverse”.

În cazul nostru, nu există reacţii adverse şi nici riscul de intoxicaţie. Cu toate acestea, ar trebui să cunoaştem mai bine posibilele reacţii personale, ce pot apărea sau nu, în timpul acestei meditaţii.

De pildă: deseori, persoanele cu afecţiuni ale căilor respiratorii superioare aveau tendinţa – atunci când ajungeam la această zonă – să înceapă să tuşească. Cei care aveau sensibilitate a ochilor ajungeau să lăcrimeze în momentul în care întreaga atenţie era îndreptată către aceştia. La multe persoane suferind de glanda tiroidă (hipotiroidie sau hipertiroidie), manifestarea era adesea

prezentă asemenea unui nod în gât şi a unei uşoare stări de jenă în această regiune.

Atunci când atenţia era canalizată către plămâni, mulţi dintre cei ce avuseseră suferinţe ale acestor organe începeau să tuşească instantaneu. După circa zece, cincisprezece minute îşi reveneau la normal şi, după spusele lor, până la sfârşitul meditaţiei, se instala o stare de bine şi de uşurare.

Atunci când atenţia era îndreptată doar către „motorul vieţii”, către inimă, cei care erau la primele întâlniri izbucneau în plâns. Un plâns liniştitor şi adânc ce dispărea uşor, odată cu instalarea treptată a unei stări de pace şi armonie interioară.

De multe ori, odată cu parcurgerea acestei etape, se putea distinge pe chipul celor ce participau un vagsurâs, o anumită mimică, ce sugera o mare uşurare, o stare generală de bine.

Chiar dacă la început erau uşor încordaţi, odată ce parcurgeau această etapă, starea lor se modifica vizibil în bine. Se putea distinge acea stare de relaxare, de pace, de împăcare, în primul rând cu ei înşişi…

De asemenea, ar mai trebui să precizez faptul că, atunci când atenţia era îndreptata asupra unor organe afectate, locul respectiv poate deveni fieibinte sau se pot percepe un fel de „furnicături” în regiunea respectivă Acestea dispar în câteva minute, lăsând în urmă o stare de relaxare şi o senzaţie de cald a zonei f & ră durere sau altă jenă.

Poate că aş atribui prea multe merite acestei meditaţii dacă aş aduce în discuţie o eventuală vindecare, deşi – aşa cum o să vedeţi din cele peste o sută de mărturii – e a e posibilă după o practică mai îndelungată. În majoritatea cazurilor, în funcţie de afecţiune, după practicarea acestei meditaţii, cu certitudine apare o stare de ameliorare sau, cel puţin, de îndepărtare/diminuare a

durerii iniţiale.

Îmi permit să vă relatez un fenomen bizar, ce a fost perceput de un mare număr de oameni. Atunci când ne-am direcţionat gândurile către membrii familiei sau prieteni, indiferent în ce colţ de lume ar fi fost ei, s-a confirmat adesea faptul că, în acea perioadă, au perceput o stare de bine şi s-au gândit involuntar la persoanele ce se aflau în meditaţie în acel moment. Bineînţeles, ei nu ştiau nimic despre meditaţie şi nici despre faptul că spre ei se direcţiona această rază de Lumină Violetă.

Flacăra Violetă – Forma Integrală închidem ochii, dăm frâu liber gândurilor noastre, ne eliberăm mintea de orice gând, de orice intenţie…

Dăm frâu liber gândurilor noastre, ne eliberam de orice gând… Inspir… expir… lent, sunt din ce în ce mai relaxat, cu fiecare expiraţie devin din ce în ce mai relaxat, respiraţia mea este regulată, fiind asemenea unui fluviu cu ape molcome şi line, calme, dar adânci, puternice.

Ne cufundăm treptat-treptat într-o mare de pace şi linişte, într-un ocean de Lumină şi Iubire. Ne conştientizăm fiinţa de Lumină din noi, din fiecare. Suntem din ce în ce mai relaxaţi. Avem tot ceea ce ne trebuie pentru a ne duce la bun sfârşit menirea aici şi acum, pe acest pământ. Dăm frâu liber gândurilor şi nu dăm atenţie nici unuia dintre ele, le lăsăm să curgă lin.

Sunt din ce în ce mai relaxat. Simt că vibrez în armonie cu întreg Universul.

Conştientizez Scânteia Divină din mine.

Sunt copilul Domnului şi sunt creat din Lumină, după chipul şi asemănarea Sa.

Am tot ceea ce îmi trebuie pentru a realiza menirea mea, aici şi acum, pe acest Pământ.

Sunt o fiinţă de Lumină şi nimic din ceea ce este întunecat nu mă mai poate afecta.

Sunt conştient de forţa mea şi am puterea să mi-o

stăpânesc.

Respect Creaţia, iubesc Lumina.

Sunt o fiinţă de Lumină, creată după chipul şi asemănarea Domnului.

În faţa ochilor mei creez un ecran mental luminos. Întreaga mea atenţie se îndreaptă către acest ecran luminos… sunt relaxat…

Orice gând îmi vine în minte îl proiectez pe acest ecran luminos şi îl trec de la stânga la dreapta, îi dau o formă, o culoare, o mărime, o greutate. Dacă acest gând revine, îl reproiectez ca pe un bagaj pe acest ecran luminos, îi dau o nouă formă, o nouă culoare, o nouă mărime, o nouă greutate, nu ţin seamă de caracteristicile create anterior. Mă eliberez de orice suferinţă, de toate grijile şi nevoile pământene.

Întreaga mea atenţie o îndrept doar asupra respiraţiei… inspir… expir…

Întreaga mea atenţie o îndrept asupra inspiraţiei; inspir şi vizualizez traseul aerului… nas, gât, piept, plămâni, bronhii, alveole pulmonare, apoi abdomen… expir lent… Cu fiecare inspiraţie devin din ce în ce mai relaxat.

Am devenit conştient de Forţa mea şi am Puterea să mi-o stăpânesc.

Sunt conştient de Lumina Divină din mine.

Sunt copilul Domnului şi sunt creat din Lumină.

Am tot ceea ce îmi trebuie pentru a face ceea ce voiesc. Sunt o fiinţă de Lumină şi nimic din ceea ce este întunecat nu mă mai poate afecta.

Întreaga mea atenţie se îndreaptă acum către palma mea stângă, locul unde voi primi Flacăra Violetă. Această Flacără care arde tot ceea ce este negativ, această Lumină Divină care purifică şi curăţă lăsând în urma Sa, Lumină, Pace, Armonie.

Am tot ceea ce îmi trebuie pentru a face acest lucru.

Sunt conştient de forţa mea şi am puterea să mi-o

stăpânesc.

Întreaga mea atenţie se îndreaptă către palma stângă. Încep să simt greutatea aerului deasupra palmei, buricele degetelor încep să furnice, în mijlocul palmei simt o adiere, o uşoară furnicătură, un „mic” ceva cu totul deosebit. Vizualizez palma, îmi „văd” palma cu „ochii minţii”, în centrul ei se află un mic punct de culoare violetă. Vizualizez acest violet intens. Acesta este începutul; îl văd cum se măreşte, cum creşte. Treptat-treptat îmi va cuprinde întreaga palmă.

Vizualizez cum palma mea stângă este cuprinsă de această Flacără Violetă. Acest violet intens, această culoare Divină, această Flacără purificatoare. Ea creşte, creşte, cuprinde antebraţul, urcând spre umăr. Întreg braţul stâng este cuprins acum de această Flacără Violetă. Atât pe interior, cât şi pe exterior, braţul meu este luminat de această Flacără Violetă. Tot ceea ce ar putea fi negativ, atât în plan energetic, cât şi fizic, este ars şi îndepărtat.

Braţul meu este cuprins de această Lumină purificatoare. Sunt conştient de forţa mea şi de faptul că am tot ceea ce îmi trebuie pentru a-mi îndeplini misiunea pe acest Pământ, AICI ŞI ACUM. Misiunea mea de om, venit aici în încercare, pentru a evolua.

Sunt conştient de forţa mea şi am puterea să mi-o stăpânesc, să creez în jurul meu Pace, Lumină, Armonie.

Flacăra creşte, cuprinde gâtul, urcând şi învăluind treptat-treptat capul. Întreg capul meu este cuprins acum de această Flacără Violetă, care luminează atât pe interior, cât şi pe exterior. Tot ceea ce este negativ, tot ceea ce ar putea fi malefic este ars şi îndepărtat.

Sunt o fiinţă de Lumină, ce trăieşte în armonie cu întregul Univers.

Conştientizez Scânteia Divină din mine, nimic din ceea ce este întunecat nu mă mai poate afecta.

Întreaga mea atenţie se îndreaptă acum asupra

creierului meu, pe care îl curăţ cu această Lumină Violetă. Îl curăţ de tot ceea ce ar putea fi negativ, de tot ceea ce ar putea însemna boală, ce ar putea să mă afecteze, atât în plan energetic, cât şi în cel fizic, din viaţa de zi cu zi. Orice afecţiune, orice suferinţă, amintiri dureroase, necazuri, grija zilei de mâine, suferinţe fră de rost, temeri, acţiuni impuse altora, supărare, suferinţe, amintiri dureroase, toate sunt arse şi îndepărtate. Vizualizez creierul meu cuprins de această Lumină Violetă. Creierul meu este sănătos! Creierul meu emană Lumină, este purificat, este curat, este sănătos. Memoria mea este bună, mintea mea este limpede, gândirea mea este clară. Creierul meu este sănătos!

Atenţia mea se îndreaptă asupra ochilor, pe care îi curăţ, atât în plan energetic, cât şi în plan fizic, cu această Flacără Violetă, îi curăţ de tot ceea ce ar putea însemna boală, suferinţă, amprenta unor imagini dureroase, amprente negative…

Ochii mei sunt plini de Lumină, sunt curaţi, acum şi-au recăpătat strălucirea şi puterea. Ochii mei sunt sănătoşi! Percep culorile mai vii, văd mai bine în întuneric. Ochii mei vor fi atraşi de acum încolo de tot ceea ce este frumos, de bunătate, de Lumină.

Atenţia mea se indreaptă către cel de-al treilea ochi, Ajna Chakra. Îl vizualizez. Pe ecranul mental din faţa mea, apare imaginea unui munte. Imaginea creşte din ce în ce mai mult şi se apropie. La poalele acestuia văd o siluetă, un om îmbrăcat în straie lungi, albe, sprijinindu-se de un toiag. Se sprijină de un toiag încovoiat, dar este tânăr, un tânăr cu plete şi, cu cât mă apropii mai mult, cu atât percep asemănările Sale. Are faţa scăldată în razele unui soare de asfinţit. Este chipul lui Iisus, este chiar Iisus Mântuitorul, viu şi nevătămat. Mă priveşte cu ochii săi mari, blânzi. Chipul său emană iubire, Lumină, înţelegere. Îl privesc cum este înconjurat de o aură galben-aurie, o

aură Divină. Îl privesc şi îl rog să vină în inima mea, în sufletul meu şi în mintea mea. Trup, suflet şi minte. Îl primesc cu sufletul deschis. Sunt cuprins de Pace şi Iubire. Văd Templul, cu chipul, acel chip luminat, viu şi plin de iubire. Sunt atât de liniştit. O stare de bucurie interioară creşte, mă cuprinde treptat-treptat. Sunt conştient de sinele meu Divin.

Întreaga mea atenţie este asupra chipului Său. Îl primesc pe Iisus în toată fiinţa mea, inspir şi preiau această imagine a chipului Său pe care o transpun în culoare galben-aurie şi o fixez la nivelul celui de-al treilea ochi, Ajna Chakra, ochiul situat între sprâncene, ochiul iniţierii. Îl vizualizez ca pe un punct de culoare galben-aurie, ce străluceşte din ce în ce mai intens, deschizându-mi-se Calea. Calea mea de AICI şi de ACUM.

Dau drumul acestei Lumini să se reverse asupra mea. Mă simt purificat, curat, o fiinţă de Lumină şi Iubire.

Atenţia mea se îndreaptă acum asupra nasului şi a gurii, pe care le curăţ cu această Flacără Violetă, de tot ceea ce ar putea însemna boală, suferinţă, durere, atât în planul fizic, cât şi în cel energetic.

Atenţia mea se îndreaptă asupra zonei gâtului, pe care o vizualizez luminată de această Flacără Violetă, întreaga mea atenţie se îndreaptă acum către glandele tiroide, pe care le vizualizez cuprinse de această Lumină. Orice dezechilibru, orice boală, e suprimată şi îndepărtată. Lumina îi ia locul; Lumina, sănătatea, armonia, pacea.

Am tot ceea ce îmi trebuie pentru a face ceea ce trebuie ca să îmi urmez Calea.

Calea fi evoluţia mea de AICI şi de ACUM.

Sunt conştient de forţa mea şi am puterea să mi-o stăpânesc.

Respect Creaţia, iubesc Lumina.

Trăiesc în armonie cu tot ceea ce mă înconjoară.

Respect legile Domnului şi mă călăuzesc după

Lumină, pe Calea ce El mi-o deschide…

Întreaga mea atenţie este îndreptată acum asupra tiroidei. Pe ecranul mental, în faţa mea, apare imaginea unui Buddha de piatră albă, o piatră de culoare aibă, un Buddha imens scăldat în razele unui soare ciudat ce se află la apus. E înconjurat de vegetaţie de un verde crud. Este un Buddha imens, un Buddha din piatră albă, din stâncă. Îi privesc chipul, chip cu trăsături blânde, ce emană înţelepciunea acumulată de milenii, iubire şi compasiune, îmi transmite aceeaşi stare de pace şi de iubire, la fel ca şi Mântuitorul Nostru, Iisus. Privesc acest Buddha din piatră albă, îi privesc chipul blând, sunt relaxat. Văd această imagine înconjurată de o lumină alb-argintie… e înconjurat de o lumină alb-argintie.

Inspir şi preiau această energie. Întreaga imagine o transform în această energie alb-argintie, pe care o transpun la nivelul tiroidei, o absorb în acel punct unde se află tiroida.

Compasiune, iubire, armonie… este forţa mea.

conştient de cine sunt şi de menirea mea pe acest pământ.

Să/z/ o fiinţă de Lumină, cra/J după chipul şi asemănarea Domnului şi nimic din ceea ce este întunecat nu mă poate afecta.

Flacăra cuprinde şi trunchiul şi atenţia mea se îndreaptă asupra plămânilor pe care îi curăţ cu această Flacără Violetă. Îi curăţ de tot ceea ce ar putea să-mi afecteze sănătatea, atât din punct de vedere energetic, cât şi fizic Vizualizez plămânii cuprinşi de această Lumină. Orice boala, praful, radioactivitatea, mirosurile neplăcute, umezeala, toate sunt arse şi îndepărtate. Vizualizez plămânii mei, cuprinşi de această Lumină. Sunt curăţaţi de radiaţii, de praf, de tot ceea ce ar putea însemna boală, de tot ceea ce ar putea să-mi afecteze sănătatea, atât la nivel energetic, cât şi fizic. Plămânii mei sunt plini de Lumină.

Vizualizez pe ecranul mental imaginea unui cer de vară, dimineaţa; un cer senin de un albastru pur, fira niciun norişor. Un cer senin, de un albastru pur, cer de dimineaţă devreme, de vară. Pace, armonie. Inspir şi preiau această imagine, acel aer curat, pe care îl transpun peste plămânii mei. Plămânii mei sunt sănătoşi şi plini de energie.

Întreaga mea atenţie se îndreaptă acum asupra inimii mele, motorul vieţii mele, cel care duce toate greutăţile acestei vieţi. Resortul vieţii mele, cu bucurii, cu necazuri, cu lucruri bune, poate şi cu greşeli, cu tot ceea ce sunt eu. Îmi vizualizez inima cuprinsă de această Flacără Violetă. Imaginea este asemănătoare cu aceea a unei Icoane, în care Iisus sau Maica Domnului, Fecioara Maria, îşi arată inima cuprinsă de flăcări, aidoma şi inima mea este cuprinsă de aceste flăcări violete, flăcări ce ard Suferinţa, Durerea… aceste flăcări violete care o curăţă, o purifică de tot ceea ce ar putea fi negativ: suferinţe nespuse, amărăciuni ale sufletului, dureri din copilărie, iubiri deşarte.

Vizualizez cum sângele care-mi intră în inimă este curăţat, este purificat şi trimis mai departe, în fiecare organ, în fiecare ţesut, hrănind cu Lumină fiecare celulă, ducând Lumina şi energia purificatoare mai departe, curăţând, astfel, întregul meu organism.

Sunt o fiinţă de Lumină.

Inima mea estecuiată, sufletul meueste împăcat. O stare de beatitudine şi de fericire mă înalţă la cer. Conştientizez fiinţa de Lumină din mine, sămânţa Creatorului. Puterile îmi sunt nelimitate, Am puterea să trimit un gând de iubire inimii mele şi s-o vizualizez în culoarea roz, culoarea iubirii neprihănite, culoarea copilăriei fericite.

Sunt scăldat de Lumină şi sunt fericit!

Am tot ceea ce îmi trebuie pentru a fifericit fi sănătos

fi pentru a primi şi a dărui Iubire.

Treptat-treptat devin tot mai conştient de cine sunt şi de misiunea mea pe acest pământ. Retrezesc în mine puteri nebănuite, ce demult au fost adormite. Am puterea să rrezssc în mine sâmburele de Lumină Creator, Lumina Domnului. Pacea şi Armonia s-au aşternut peste sufletul meu, dându-mi forţă şi încredere. Vibrez la unison cu întregul Univers.

Atenţia mea se îndreaptă acum asupra stomacului, pe care doresc să îl curăţ cu această Flacără Violetă. Orice spaimă, orice angoasă, teamă, frică, sunt arse şi îndepărtate. Orice boală, orice suferinţă, atât în plan energetic, cât şi fizic sunt arse şi îndepărtate.

Vizualizez stomacul meu cuprins de Lumină, sunt calm, sunt plin de pace şi armonie, de Lumină şi Iubire.

Pe ecranul mental apare imaginea unei poieniţe. O poieniţă plină de verdeaţă, un covor de iarbă de un verde crud. Ici-colo câte o floricică galbenă, portocalie, violetă. Tot felul de gâze ce zburdă de colo-colo, din floare în floare, păsările care cântă sau se înalţă-n zbor. De jur-împrejur, poieniţa este înconjurată de o pădure deasă, cu arbori puternici, înalţi, trainici. Deasupra, un cer senin. Este atâta Pace şi Armonie înjur.

Toate temerile mele s-au risipit, toate angoasele, toate fricile au *fost* îndepărtate Trăiesc această clipă de pace, de fericire, sunt în mijlocul acestei poieniţe, cinată special pentru mine.

Am tot ceea ce îmi este necesar pentru a-mi urma calea pe acest pământ.

Sunt conştient de forţa mea şi de felul cum o stăpânesc.

Inspir şi preiau imaginea acestei poieniţe care se transformă într-un verde crud. Inspir şi preiau această imagine care se transpune asupra stomacului meu. Pace, linişte, putere, curaj.

Întreaga mea atenţie se îndreaptă acum asupra meridianului bilă-ficat Vizualizez ficatul meu cuprins de aceste raze violete. Ficatul meu este sănătos, îl purific şi îl curăţ cu aceste raze violete; tot ceea ce ar putea însemna suferinţă, boală, distrugere. Îl curăţ de toate acţiunile mele îndreptate împotriva mea, de violenţa şi agresivitatea mea împotriva mea, de agresiunile gândite de mine şi de reproşurile tardive făcute, toată energia negativă pe care, cu voie sau fără voie, am lăst-o să pătrundă aici, ard tot ceea ce este negativ. Ficatul meu este sănătos.

Vizualizez întregul meridian cuprins de această Lumină. Pe ecranul mental apare imaginea unui câmp cultivat cu grâu, un Ian plin de grâu. Un lan de grâu copt, de un galben-pai; începutul verii, cu senzaţii minunate. Mă aflu în mijlocul acestui lan de grâu, de culoare galben-pai. Cât cuprinzi cu ochii, în faţă, în dreapta, în spate, în stânga, acest lan de grâu se uneşte cu cerul la orizont… cu cerul de un albastru senin.

Pe mijlocul bolţii cereşti tronează un soare puternic, galben-auriu, loja de foc… galben-auriu, un soare cald, puternic. La orizont, cerul se uneşte cu pământul, energie Yin. Pământul cultivat cu acest grâu, lanul de grâu, loja de lemn. Ici-colo, în faţa mea, sunt câteva floricele de mac, flori roşii, un roşu puternic, o pată de culoare ce aduce fericire, lumină, vioiciune. Aud păsărelele cum cântă şi zburdă prin văzduh. Multă Pace şi Armonie în jur. Chem această stare de Pace şi Armonie în mine, o aduc în sufletul meu, în fiinţa mea. Aceasta este Armonia Universului.

Inspir şi preiau această imagine, care se transformă în lumină de culoare galbenă, un galben intens, luminos, cu care îmi acopăr ficatul, întregul meu ficat este cuprins de această lumină galbenă; el însuşi luminează cu această Lumină. Ficatul meu este sănătos şi viguros.

Atenţia mea se îndreaptă acum asupra rinichilor, pe

care îi curăţ cu aceste raze de Lumină violetă. Îmi imaginez că îi spăl cu apa unui pârâu de munte, rece şi cristalină, pură, curată, cu irizaţii violete. Îi curăţ şi îi încarc cu energie Yin adevărată. Rinichii mei sunt curaţi, orice boală, orice energie negativă, a fost curăţată. Vizualizez rinichii plini de Lumină, curaţi şi sănătoşi.

Atenţia mea se fixează asupra organelor genitale, pe care le curăţ cu această Flacără Violetă de tot ceea ce ar putea însemna boală, de orice energie malefică, care s-ar putea fixa aici, de orice suferinţă, atât în plan energetic, cât şi în cel fizic. Le vizualizez curate, luminate de această Flacără Violetă.

Pe ecranul mental apare imaginea unui soare de toamnă, un soare imens, aflat la asfinţit, un soare de culoare roşu-portocaliu, o culoare intensă, un soare incandescent, fără prea multă forţă; este o imagine de vis.

Respir şi preiau acest Soare, cu energia Sa, culoarea roşu-portocaliu, pe care o transport asupra organelor genitale, încărcându-le cu această energie. Sunt relaxat.

Flacăra coboară, cuprinde genunchii, ajunge la tălpile picioarelor. Şi acum, din creştet şi până în vârful degetelor de la picioare sunt cu totul şi cu totul o Flacără Violetă. Sunt cuprins de această Flacără Violetă, atât pe interior, cât şi pe exterior; eman această

Flacără Violetă. Sunt o fiinţă de Lumină.

I

Flacăra creşte, creşte, se uneşte cu a celui de lângă mine, din faţă, din spate, din dreapta, din stânga… cu a tuturor celor ce meditează în acest moment alături de mine, indiferent în ce colţ al lumii s-ar afla, indiferent cât de departe. Flacăra mea se uneşte cu Flacăra lor… cu Flacăra celui de lângă mine.

Întreaga mea atenţie se îndreaptă asupra acestei camere. Flacăra creşte din ce în ce mai mult. Rapid cuprinde întreaga cameră, purificând-o, curăţând-o.

Fiecare ungher, orice energie negativă este arsă şi îndepărtată, locul este purificat şi umplut de Lumină. Întreaga sală este cuprinsă de această Lumină purificatoare. Flacăra creşte, creşte, e din ce în ce mai mare, cuprinzând întreaga clădire, luminând fiecare ungher, purificând fiecare colţişor al camerei. Toate entităţile malefice sunt îndepărtate. Rămân alături de noi doar acele entităţi benefice care ne apară la bine şi la greu, entităţile ce apără locaşul unde ne aflăm.

Forţa ei este din ce în ce mai mare. Cuprinde rapid întregul oraş. Este Joi seara, orele 20: 00. Forţa ei este nebănuită. Cuprinde rapid întreaga ţară. Vizualizez ca pe o hartă, cum se extinde, către Nord, peste câmpuri, lacuri, dealuri… către Sud, către Est şi către Vest. Întreaga ţară este cuprinsă Acum de această Flacără Violetă, care curăţă şi purifică, arde tot ceea ce este negativ în acest moment. Orice emisie negativă este arsă şi îndepărtată, este spulberată.

Sunt puternic, contribui la această curăţire şi eu. PACEA ŞI ARMONIA se aştern peste întreaga ţară, aducând Lumină, Pace, Iubire, atât pentru Toate cuvântătoarele, cât şi pentru Necuvântătoare, pentru oameni, animale, plante şi minerale. Pentru Toţi cei/cele din Astă Lume, dar şi pentru Toţi cei/cele ce au trecut deja de Porţi. Dar şi pentru poţi cei/cele ce sunt încă între… ce au să vie sau ce tocmai au plecat…

Întreaga mea atenţie se îndreaptă asupra casei mele, pe care o curăţ cu această Flacără Violetă, de tot ceea ce ar putea fi negativ, de orice entitate malefică. Orice gând negativ, orice intenţie negativă este arsă şi îndepărtată. Casa mea este locaşul unde eu îmi refac forţele, unde stăpâneşte Armonia, Pacea, Iubirea, unde se găseşte echilibrul şi viaţa. Vizualizez casa mea cuprinsă de această Flacără Violetă. Este plină de Lumină, Armonie, Pace, Iubire. Vizualizez fiecare încăpere, fiecare colţişor şi curăţ,

cu mare atenţie, fiecare locşor.

Am tot ceea ce îmi trebuie pentru a face ce voiesc. În casa mea regăsesc Pacea, Iubirea şi Armonia, sănătatea şi echilibrul. Iau, pe rând, fiecare membru al familiei mele şi îl curăţ cu această Flacără Violetă, de tot ceea ce ar putea însemna boală, suferinţă, îl vizualizez fericit şi îi trimit an gând de iubire, de Pace şi Iubire, un gând luminos.

Atenţia mea se îndreaptă către prieteni. Către prietenii mei, indiferent de locul în care se află ei acum. Oricât de departe mi s-ar părea, puterea mea nu are limite. Îi vizualizez cuprinşi de această Lumină Violetă şi le trimit un gând de iubire şi ajutor, îi văd fericiţi şi plini de încredere.

Sunt o fiinţă de Lumină creată după chipul şi asemănarea Domnului şi nimic din ceea ce este întunecat nu mă mai poate afecta.

Am tot ceea ce îmi trebuie pentru a-mi îndeplini misiunea mea aici şi acum, pe acest pământ.

Sunt conştient de forţa mea şi am puterea să mi-o stăpânesc.

Respect Creaţia, iubesc Lumina.

Gândul meu se îndreaptă către cei care mi-au greşit. Am puterea să îi iert şi să le trimit un gând de Iubire, de Pace, de Lumină.

Îmi amintesc de cei cărora le-am greşit. Am puterea să le cer iertare şi să le trimit un gând de Iubire, de Pace. Am această forţă, am această putere.

Pas cu pas, misiunea Flăcării s-a îndeplinit. M-am regăsit. Trăiesc în Armonie şi Pace. Treptat-treptat, Flacăra se retrage. Vizualizez cum ea devine din ce în ce mai mică, retrăgându-se. Doar oraşul mai este cuprins, rapid, ea se retrage. Doar această clădire… – se retrage. Doar această încăpere… reiau fiecare colţişor şi mă asigur că este bine curăţat. Sigilez în cele patru zări fiecare perete, ca nimic din ceea ce ar putea să fie negativ să nu

poată intra în casa mea. Nimeni şi nimic nu poate afecta armonia căminului meu.

Sunt o fiinţă de Lumina şi nimic din ceea ce este întunecat nu mă poate afecta.

Flacăra se retrage, doar eu mai sunt cuprins încă de această Flacără Violetă. Reiau din creştet şi până-n vârful degetelor de la picioare, fiecare organ în parte, fiecare ţesut şi acolo unde ştiu că am avut probleme de sănătate insist şi umplu cu Lumină.

Mi-am recăpătat încrederea în mine şi mi-am regăsit sănătatea. M-am înţeles şi am reuşit să mai cunosc o părticică din mine. Revin odată cu această părticică înţeleasă. Mă apropii să revin la viaţa de zi cu zi.

Treptat-treptat, Flacăra se retrage către braţul drept, lăsând în urmă Lumină, Armonie, Pace, Sănătate.

Flacăra se retrage către palma dreaptă, doar palma dreaptă mai este cuprinsă de această Flacără Violetă. Vizualizez acest violet intens care treptat-treptat se strânge şi se stinge sub forma unui punct în mijlocul palmei mele drepte.

Mulţumesc acestei Flăcări Violete, mulţumesc acelor entităţi care m-au călăuzit şi m-au ajutat să mă curăţ, să mă redescopăr, să mă încarc. Mulţumesc Domnului pentru Darul şi Harul care mi-au fost hărăzite.

Sunt o fiinţă de Lumină, creată după chipul ţi asemănarea Sa…

Fie ca Pacea şi Iubirea să mă însoţească pretutindeni\ să le fiu o Lumină tuturor celor care vin la mine.

Sunt conştient de forţa mea şi am puterea să mi-o păstrez.

Treptat-treptat revin la starea de vibraţie de zi cu zi, la viaţa mea de zi cu zi, mai puternic, mai conştient, mai plin de Lumină. Treptat-treptat revin la starea de vibraţie de zi cu zi. Încet-încet mă pregătesc să redeschid ochii şi

să revin la viaţa mea de zi cu zi, mai sănătos, mai puternic, mai luminos. Încet-încet revenim şi ne regăsim în întregime aceeaşi, plini de energie şi conştienţi de forţa noastră.

Mărturii

Doamna Elena a avut probleme mari de sănătate (după cum *Elena*, afirmă domnia sa) la: rinichi (calculi renali, infecţii repetate în *din Bucureşti* trecut), sistemul nervos (depresie), plămâni şi picioare (circulaţie periferică slabă). Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de cinci ani şi a participat la şaizeci şi cinci de şedinţe. Simte o bună ameliorare a acestor afecţiuni şi o optimizare a stării de sănătate.

În timpul meditaţiei se simte cuprinsă de o energie pozitivă, tămăduitoare.

Recomandă şi altor persoane această meditaţie benefică.

Impresii fi trăiri:

„În timpul meditaţiei am avut multe viziuni reale – lucruri ce s-au întâmplat

Mariana, din Bucureşti, fost documentarist, redactor, azi se ocupă de suplimente nutritive aDe multe ori, parcă timpul s-a comprimat; m-am simţit extraordinar şi, de fiecare dată, aştept cu nerăbdare reîntâlnirea de luna viitoare pentru a resimţi această plăcută stare”.

Doamna Mariana nu precizează care sunt afecţiunile de care suferă, dar subliniază: „Cu voia lui Dumnezeu şi cu ajutorul meditaţiilor, mă simt din ce în ce mai bine”. Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de un an, timp în care a participatla douăsprezecepaisprezece şedinţe.

De atunci, simte o ameliorare a stării de sănătate şi o siguranţă de sine. În timpul meditaţiei apare o stare de bine, linişte, şi simte că i se redă încrederea în sine. Recomandă şi altor persoane această meditaţie.

Impresii şi trăiri:

Otilia, din Bucurefti flăcăi a Violetă a intrat în practica mea fi în sufletul meu; peste tot este această Flacără \rioletăl acest Dar cu Har care mă ajută mult în tot ceea ce fac.*

Doamna Otilia spune că nu suferă de nicio afecţiune şi că a participat la şase şedinţe de meditaţie. În timpul meditaţiei simte o stare de linişte şi pace, de rearmonizare şi de relaxare, *Impresii fi trăiri*:

Silviat din Bucuref ti> biolog

„În timpul şi după parcurgerea acestei meditaţii, mă simt mai cu f oară mai liniştită, mai bună, mai iubitoare, mai sănătoasă. Mulţumesc Bunului Dumnezeu pentru că existaţi”.

Doamna Silvia suferă de spondiloză cervicală, dorsală şi lombară şi de o sinuzită cronică (ce în trecut recidiva). Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de un an şi a participat la zece şedinţe. De atunci simte o ameliorare a stării de sănătate.

În timpul meditaţiei, simte nealdură, stare de linişte şi fur* nicături”.

Recomandă şi altora meditaţia cu Flacăra Violetă.

Impresii fi trăiri:

Aurica, din Bucurefti

Maria, din Bucurefti

Mă simt bine fi uşoară> parcă zbor; pentru mine este de ajuns, este un sentiment unic, neputând fi descris în cuvinte… această trăire îmi dă putere/

Doamna Aurica este cardiacă şi practică meditaţia cu Flacăra Violetă de un an; a participat la douăsprezece şedinţe. De atunci, simte o ameliorare a stării de sănătate, relaxare şi pace interioară. Recomandă şi altor persoane meditaţia cu Flacăra Violetă.

Doamna Maria suferă de reumatism. Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de trei ani şi a participat la aproximativ douăzeci şi cinci de şedinţe.

Simte o ameliorare a stării de sănătate, o senzaţie de relaxare şi ar recomanda şi altora meditaţia cu Flacăra Violetă. *Impresii şi trăiri*:» *Relaxare totală*; *linişte sufletească*”.

„Sunt foarte încântată, mă relaxează total, vin la întâlnire special pentru meditaţie; aveţi o voce care mă linişteşte”.

Doamna Ioana este hipertensivă şi practică meditaţia cu Flacăra Violetă de trei ani.

De atunci simte că suferinţa ei este în curs de vindecare, în timpul meditaţiei simte o stare de linişte şi este sigură că se va vindeca.

Impresii ţi trăiri;

„O stare de bine, de pace interioară.

Janat din Bucureşti, inginer

Apropiere de Bunul Dumnezeu

Doamna Jana suferă de cardiopatie ischemică şi acuză dureri la genunchi. Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de şase luni şi a participat la zece şedinţe.

Simte o ameliorare a stării de sănătate şi ar recomanda şi altora această meditaţie.

În timpul meditaţiei, simte o stare de linişte şi de bucurie.

Impresii şi trăiri:

HDupă meditaţie, am o stare de bună dispoziţie.

„Nimic nu mă mai perturbă.

Effosinia, din Bucureşti» contabil

„Simt bine energia în palme şi în copt, dar nu vizualizez încă lumina violetă

Doamna Efrosinia suferă de colită şi a avut probleme mari la colecist. Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de doi ani şi jumătate şi a participat la douăzeci şi cinci de şedinţe.

De atunci este mai calmă şi mai iertătoare. De asemenea, afecţiunile sale s-au ameliorat vizibil.

Viorica)

din Bucureşti, economist în timpul meditaţiei simte o stare de relaxare totală. Ar recomanda şi altora această meditaţie.

Doamna Viorica spune că nu suferă de nicio afecţiune, practică meditaţia cu Flacăra Violetă de un an şi a participat la aproximativ patruzeci de şedinţe.

De atunci este mai încrezătoare în propriile forţe şi mult mai pozitivă; de multe ori se regăseşte ajutându-i pe cei din jur, cei la care, nu de mult, cerea ajutor. Se simte minunat!

Mihaela, din Bucureşti

Ioana, 60 de ani în timpul meditaţiei simte o stare de bine şi vede lumina.

O recomandă şi altora, răspunsul domniei sale fiind: „DA, DA, DAU!”

Impresii fi trăiri:

„Sunt convinsă de binefacerile pe care mi le aduce această meditaţie.

Elisabeta, din Bucurefti, asistentă medicală

„Simt cum călătoresc mental. a îmi este bine fi mă simt mu Iţ urnită. Sunt recunoscătoare pentru darurile pe care te primesc Am încredere că voi primi ajutor (fi chiar îl primesc) în realizar dorinţelor mele, dacă sunt cu voia Divinităţii”.

Doamna Elisabeta ştie că are o afecţiune, practică meditţia cu Flacăra Violetă de trei ani şi a participat la peste tre’ zeci de şedinţe.

De atunci simte o ameliorare a stării de sănătate. În timp 1 meditaţiei simte o stare de relaxare.

Ar recomanda şi altora această meditaţie.

Impresii fi trăiri:

MRelaxare, detaşare, visare, energizare; o minunată stare de arm – ni e fi pace interioară”.

Ne/a „din Bucurefti

„Mă simt minunat, puternică şi simt că îi pot ajuta fi pe cei dinju ui meu.

Doamna Nela are sinuzită, bufeuri şi sciatică. Practică editaţia cu Flacăra Violetă de un an şi a participat la aproxim iv opt şedinţe.

Persida, din Bucurefti, croitoreasă

De atunci se simte mult mai bine şi mai uşoară, în timpul meditaţiei simte multă energie în palme (o ap, re mare). Sigur ar recomanda şi altora această meditaţie. *Impresii fi trăiri. nParcă zbor fi am aripi de înger* cu *o stare minunată, nu-i aşa*?

Doamna Persida spune că nu suferă de nicio afecţiune. e tică meditaţia cu Flacăra Violetă de doi ani şi a particip aproximativ cincisprezece şedinţe.

În timpul meditaţiei simte o stare de relaxare, o stare de e Recomandă şi altora meditaţia cu Flacăra Violetă.

Doamna Alexandra spune că nu suferă de nicio afecţiune. Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de un an şi a participat la peste zece şedinţe.

De atunci simte o vindecare a mentalului şi a sufletului, o armonizare.

În timpul meditaţiei simte o stare de înălţare.

Ar recomanda şi altor persoane această meditaţie.

Impresii fi trăiri:

Monica> din Braşov, studentă

Olimpia, din Braşov

— Vizualizare a vieţilor anterioare, a celor ce mi-au fost alături, ce m-au ajutat fi au încredere în mine

Domnişoara Monica spune că nu suferă de nicio afecţiune, dar că are anumite probleme emoţionale. Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de o lună şi a participat la trei şedinţe, în timpul meditaţiei simte o stare de bine, de pace. Recomandă şi altor persoane această meditaţie.

Doamna Olimpia are probleme cu ochii şi este la

prima şedinţă de meditaţie cu Flacăra Violetă.

Maria, din Bucureşti, balerină

Simte deja o ameliorare a stării de sănătate, o stare benefică, „ciudată”, chiar inexplicabilă; s-a simţit foarte bine. În timpul meditaţiei a simţit: „linişte, pace şi lumină”. Recomandă şi altor persoane această meditaţie.

Doamna Maria suferă de un reumatism articular, practică meditaţia cu Flacăra Violetă de şase luni şi a participat la şase şedinţe. De atunci simte o ameliorare a stării de sănătate. În timpul meditaţiei se simte relaxată şi liniştită. *Ifnpresii şi trăiri*;

Maria, din Bucureşti, comerciant

În timpul meditaţiei se simte pace în jury se creează o anumită legătură cu Divinitatea, cu îngerii

Doamna Maria are probleme cu tiroida. Practică meditaţia cu acăra Violetă de doi ani şi jumătate şi a participat la douăzeci? l de şedinţe.

Alexandra Andra, din Bucureşti y consilier juridic în timpul şedinţei de meditaţie simte ceva benefic şi ar recomanda-o şi altor persoane.

Doamna Doina are probleme cu glanda tiroidă şi practică meditaţia cu Flacăra Violetă de un an.

În timpul meditaţiei simte o linişte deosebită, o stare de purificare. *Impresii ţi trăiri*:

Gabrielap din Bucurefti, asistentă medicală

„În timpul meditaţiei simt pătrunderea energiei fi a luminii în fiecare organ”.

Doamna Ileana practică meditaţia cu Flacăra Violetă de trei ani şi a participat la aproximativ zece şedinţe. De când practică această meditaţie simte că starea sa de sănătate se ameliorează, în timpul meditaţiei simte o stare de relaxare. Recomandă şi altor persoane această meditaţie. *Impresii fi trăiri*: „*NU AM CUVINTE*! *

Doamna Gabriela a fost operată de ulcer, are spondiloză lombară şi o anemie mai veche. Practică de

două luni meditaţia cu Flacăra Violetă şi a participat deja la trei şedinţe.

De atunci simte o uşoară ameliorare a stării de sănătate, ceea ce nu s-a întâmplat până atunci, deşi urmaşe un *tratament*.

În timpul meditaţiei simte o stare de linişte totală. La ultima şedinţă – mărturiseşte ea „spre ruşinea mea, am adormit câteva minute”.

Doina, din Bucureşti, inginer

Ileana, din Bucureftiy comerciant

Impresii fi trăiri:

Carmen, din Bucurefti, referent

Ruxandra Despina, din Bucurefti, inginer

„M-am lăsat purtată de val, am vizualizat flacăra fi mă simt mai uf oară.*

Doamna Carmen suferă de glaucom şi de adenom hipofizar. Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de un an şi a participat la opt şedinţe.

De atunci vede mai limpede şi mărturiseşte: „Mi se limpezeşte capul după practicarea meditaţiei cu Flacăra Violetă”. În timpul meditaţiei simte o stare relaxare, dar şi de pace.

Doamna Ruxandra suferă de sinuzită. Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de un an şi a participat la aproximativ zece şedinţe. De atunci, simte o amelioarare a stării de sănătate, în timpul meditaţiei simte cum energia circulă prin corp, în special în zona capului.

Cu siguranţă ar recomanda şi altor persoane să vină la această meditaţie.

Impresii şi trăiri:

Anişoara> din Bucureşti, economist

„După atingerea stării de relaxare profundă (când respiraţia parcă se opreşte), simt o stare de armonie, parcă trupul meu, după o uşoară plutiret devine din ce în ce mai uşor”.

Doamna Anişoara spune că se simte bine în general, dar, din când în când, acuză o durere, însă nu specifică unde anume este localizată. Participă de patru ani la şedinţele de meditaţie cu Flacăra Violetă.

În timpul meditaţiei simte: căldură, beatitudine, fericire.

Impresii ţi trăiri:

Jenica, din Bucureşti

Ne/a, din Bucureşti, inginer

Gabriela, din Bucure} ti

„De fiecare dată îmi trec durerile pe care le am”.

Doamna Jenica spune că suferă de astm bronşic şi că a participat la aproximativ şase şedinţe.

În timpul meditaţiei şi imediat după aceea, simte o ameliorare puternică a afecţiunii de care suferă şi ar recomanda şi altor persoane această meditaţie.

Doamna Nela spune că are mai multe afecţiuni circulatorii. Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de cinci ani şi a participat tot timpul la şedinţe.

În timpul meditaţiei simte o stare de relaxare profundă. Spune că ar recomanda şi altor persoane această meditaţie, şi nu oricum, ci „cu toată dragostea!”

Doamna Gabriela suferă de reumatism şi bronşită, dar are şi probleme cu glanda tiroidă. Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de şase luni şi a participat la trei şedinţe.

Simte o ameliorare a stării de sănătate de când practică această meditaţie şi ar recomanda-o şi altor persoane.

Victoria, din Bucureşti în timpul meditaţiei spune că i se inundă corpul de o stare ciudată de bine.

Doamna Victoria spune despre meditaţia cu Flacăra Violetă că „este foarte benefică. Curăţă, purifică şi îmi dă o stare de echilibru”.

Participă la şedinţele de meditaţie de doi ani şi simte

o stare de linişte şi bună dispoziţie în timpul şi după terminarea acestora. Recomandă această meditaţie tuturor.

Doamna Mihaela prezintă următoarele afecţiuni: sterilitate secundară (lipsa ovulaţiei) şi obezitate. Practică meditaţia de un an şi a participat la şapte şedinţe.

În timpul meditaţiei spune că simte pace, linişte interioară şi toate binefacerile lumii revărsându-se asupra ei.

Impresii fi trăiri:

Monicay din Bucurefti, inginer

Florica, din Bucurefti, chimist

Sonia, din Bucurefti

„Este o senzaţie deosebită. Mă transpun cu totul şi simt cum în fiecare celulă pătrunde lumina

Afecţiunile doamnei Monicasunt: glaucom şi diabet. Practică de şase luni meditaţia cu Flacăra Violetă şi a participat la douăsprezece şedinţe.

De atunci simte o ameliorare a diabetului, în timpul meditaţiei simte „un bine de nedescris!”

Doamna Florica suferă de spondiloză cervicală şi lombară, discopatie şi diabet. În timpul meditaţiei simte „linişte, linişte, linişte şi o adâncă pace sufletească!”

Doamna Sonia suferă de osteoporoză şi acuză dureri acute de genunchi. O doare şi glezna dreaptă la care a suferit nu de mult o fractură.

Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de cinci ani şi, în timpul şedinţelor de meditaţie, simte înţepături la „mâini şi picioare”.

Impresii fi trăiri:

Maria, din Bucurefti} inginer

„Mă simt mai bine fi pot să merg mai bine”.

Doamna Maria acuză dureri de urechi şi are probleme cu vederea. Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de trei ani şi a participat la aproximativ treizeci de şedinţe.

De atunci simte o ameliorare a stării de sănătate, chiar o vindecare a urechilor.

Mihaela., din Bucurefti, controlor trafic aerian

Mărturiseşte că, în timpul şedinţelor de meditaţie, t, se abandonează total şi parcurge toate etapele conduse”. Recomandă tuturor această meditaţie.

Doamna Victoria spune că are dereglări hormonale. Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de şase luni şi o recomandă tuturor, în timpul meditaţiei simte „energia care curăţă tot ce e rău”.

Domnul Ioan suferă de reumatism. Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de şase luni şi a participat la cinci şedinţe. De atunci simte o stagnare a afecţiunii de care suferă (reumatism degenerativ). În timpul meditaţiei se simte bine, calm, echilibrat şi liniştit.

Impresii şi trăiri:

Cri’s tina, din Bucureşti, bibiliotecar

Marilena Ancufa, din Bucureşti, economist

Sultana Elena, din Bucureşti, lucrător comercial

Floarea, din Bucureşti, bacteriologtehnician

Consider că trebuie pus accentul mai mult pe partea tehnică a meditaţiei (poziţia limbii, tehnica respiraţiei, ritmul, intensitatea flăcării, modul în care parcurgem aceste minunate trăiri!)”.

Doamna Cristina suferă de reumatism, bronşită şi are probleme cu inima. De când practică această meditaţie simte o ameliorare a stării de sănătate.

Simt că „intru în ALFA şi trăiesc cele mai minunate clipe”, mărturiseşte domnia sa. Ar recomanda această meditaţie, în special, copiilor ei.

Doamna Marilena spune că este o persoană nervoasă şi deprimată. Practică meditaţiacu Flacăra Violetă de un an şi a participat la aproximativ opt şedinţe.

În timpul meditaţiei simte o căldură în tot organismul, o linişte, dar şi nevoia de a plânge.

Impresii şi trăiri:

„După meditaţie, două-trei zile sunt mai liniştită m

Doamna Sultana suferă de spondilo-artroză, reumatism şi hipertensiune arterială. Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de şase luni şi a participat la şase şedinţe. În timpul meditaţiei simte căldură şi furnicături.

Doamna Floarea are hipertensiune şi cardiopatie. A participat la peste douăzeci de şedinţe de meditaţie şi a observat o ameliorare a stării de sănătate.

Victoria, din Bucureşti

Ioan, din Bucureşti, inginer electronist în timpul meditaţiei simte o linişte deosebită.

Doamna Sofia suferă de diabet, hipertiroidie, dar are şi probleme cu inima. De când practică meditaţia simte „o stare de bine, care se menţine două zile”. *Impresii şi trăiri*: *Stare de bine*, *lini* fie, *fericire*.

Doamna Mara are probleme la genunchi şi a participat la şase şedinţe de meditaţie cu Flacăra Violetă. În timpul meditaţiei simte căldură şi o stare de linişte. Recomandă şi altor persoane această meditaţie. *Imp resii fi trăiri*: *„Relaxare*, *linişte sufletească*, *pace* *

Doamna Alexandrina prezintă următoarele afecţiuni: nisip la rinichi, circulaţie proastă şi probleme la inimă. Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de cinci ani.

Impresii fi trăiri:

„Această Flacără Violetă este pentru mine energie fi sănătate; este ceva Divin”.

Doamna Veronica suferă de sclerodermie şi lumbago. Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de un an, simţind o stare de linişte şi pace sufletească. Vine cu drag la şedinţele de meditaţie şi recomandă Flacăra Violetă tuturor.

Doamna Constanţa practică meditaţia cu Flacăra Violetă de cinci ani şi simte atât o ameliorare, cât şi o stagnare a afecţiunilor sale, despre care spune că sunt

percepute acum ca fiind vindecabile.

În timpul meditaţiei are o stare de liniştite, iar apoi este plină de energie şi simte că dăruieşte în jur multă Lumină.

Impresii şi trăiri:

„Flacăra Violetă m-a ajutat reglându-mi toate problemele privind sistemul nervos. Simt o ufurare a organismului, dar fi ameliorarea durerilor. Datorită pietrei pe care am primit-o mi-a trecut durerea de oase.

Sofia, din Bucurefti, jurist

Mar a, din Bucurefti

Alexandrina, din Urziceni, casnică

Veronica, din Bucurefti

Constanţa, din Bucurefti, infirmieră

Maria, din Bucurefti

C and facem fedinţa cu Flacăra Violetă mă simt foarte cu furată fi mulţumită sufleteftem

Doamna Adria are probleme cu inima. Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de trei ani şi a participat la douăzeci de şedinţe. De atunci simte o ameliorare a stării de sănătate.

În timpul meditaţiei simte «relaxare şi o linişte divină”.

Doamna Aurelia declară că suferă de mai multe afecţiuni. Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de trei ani şi a participat la aproximativ treizeci de şedinţe.

În timpul meditaţiei se simte liniştită şi detaşată de toate problemele şi grijile de zi cu zi.

Doamna Magdalena este nemulţumită de starea sa psihică. De când practică meditaţia cu Flacăra Violetă spune că starea ei psihică şi spirituală s-a îmbunătăţit.

În timpul meditaţiei simte linişte sufletească şi o minunată stare de extaz.

Natalia, din Bucureşti

Ioan, din Bucureşti

Recomandarea pentru alte persoane este: „Să nu lipsească de la meditaţia cu Flacăra Violetă”.

Doamna Natalia are diabet, probleme cu inima, dar este şi hipertensivă. Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de cinci ani şi, în urma şedinţelor, simte o ameliorare a stării de sănătate.

„Sunt foarte linişdfă şi chiar parcă nu mai sunt în acel locM, mărturiseşte domnia sa, recunoscând senzaţiile din timpul meditaţiei.

Domnul Ioan suferă de adenom de prostată şi este hipertensiv. Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de trei ani şi a participat la douăzeci şi opt de şedinţe. De atunci simte o ameliorare a stării de sănătate. În timpul meditaţiei simte „o stare de bine total”.

Recomandă şi altor persoane meditaţia cu Flacăra Violetă-Impresii şi trăiri:

Iuliana, din Bucureşti, controlor acces metrou

„O înălţare spre Divinitate, o comunicare perfectă cu astralul, o stare de bine total şi o încărcare energetică de o mare intensitate”.

Doamna Iuliana suferă de reumatism articular acut (cot, laba piciorului). Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de un an şi a participat la aproximativ opt şedinţe.

Adriay din Bucureşti

Aure/ia, din Bucureşti

Magdalena, din Bucureşti în timpul meditaţiei simte o senzaţie de căldură şi o stare de bine, de relaxare.

Impresii şi trăiri:

„Stare de linişte, o încărcătură energetică binefăcătoare, care trebuie pusă în practică prin lucru”.

Impresii şi trăiri:

Mihaela, din Bucurefti

Valentina, din Bucureşti, medic veterinar

Maria-Ana, din Bucureşti, medic specialist pediatru

Vasile, din Bucureşti

Speranţa> din Bucureşti, economist

„Flacăra Violetă ne ajută să ne echilibrăm energetic şi să evoluăm spiritual.w

Impresii şi trăiri:

aFlacăra Violetă curăţă, energizează, bine di spune* a Prezenţa dumneavoastră mă calmează şi mă face mai bună” „Am crescut cafrecvenţă vibraţională”.

Impresii ţi trăiri:

„Flacăra Violetă mă poartă într-o altă lume, simt o stare deosebită şi mă ajută mul t spiritual, psihic şi mental. O recomand cu încredere”.

Impresii ţi trăiri:

aFlacăra Violetă este Divină.

Doamna Speranţa are distonie neurovegetativă şi tensiune arterială. Participă de trei luni la şedinţele de meditaţie cu Flacăra Violetă.

În timpul meditaţiei simte furnicături în mâini şi în falangele degetelor.

De când practică această meditaţie simte o ameliorare stării de sănătate.

Impresii ţi trăiri:

Ioana, din Bucureşti u0 linişte interioară şi o stare de echilibru

Impresii şi trăiri:

u. Meditaţia cu Flacăra Violetă mi-a plăcut foarte mult, am simţit vibraţii puternice şi am convingerea că ea mă ajută în rezolvarea tuturor problemelor de sănătate”.

Impresii şi trăiri:

„Meditaţia cu Flacăra Violetă, pe care o repet şi acasă, îmi conferă o stare de armonie\ echilibru, pace, perfecţiune. Swn/fericită! *

Impresii şi trăiri;

„Iubesc enorm de mult meditaţia cu Flacăra Violetă; este instrumentul meu preferat de purificare”.

Impresii şi trăiri;

Spice turcoaz, portocalii, raz: „culcate devin în final pete pulsatorii de culoare violet”.

Impresii şi trăiri;

„Am fost plăcut impresionat de această meditaţie; voi reveni de câte ori o să pot.*

Impresii şi trăiri;

„Vin la reuniunile revistei Lumea misterelor datorită Flăcării Violete. O folosesc aproape zilnic, dimineaţa, Az era şase şi jumătate, îmi este foarte eficientă atât mie, cât şi familiei, serviciului, clienţilor. O ador şi o voi folosi în continuare”.

Impresii şi trăiri;

„Flacăra Violetă mă învie!”

Impresii şi trăiri;

În timpul meditaţiei, mi se încălzesc palmele şi simtfurnicături şi înţepături în buricele degetelor!”

„Plec de la meditaţie mai curat interior şi liniştit sufleteşte”.

Impresii şi trăiri:

Gherghina Mariana, din Bucureşti

Camelia.

Bucureşti, consilier juridic

Anca, din Bucureşti

Vasile, din Bucureşti

Carmen, dvn Bucureşti, librar

Elena, din Bucureşti

Răzvan, din Bucureşti, student

[Maria, din Bucureşti

„Meditaţia cu Flacăra Violetă îmi creează senzaţia unui dor imens de Dumnezeu şi recunoştinţă (nu ştiu faţă de cine). Important este că mă simt «altfel», mult mai bine…”

Impresii fi trăiri:

Dana, din Bucurefti

Virginia, din Bucurefti

„Pentru mine este o meditaţie deosebită, care m-a susţinut moral şi psihic toată această vară (2006) *

Doamna Virginia are reumatism, dar recunoaşte faptul că, de când practică meditaţia cu Flacăra Violetă, sănătatea dânsei s-a îmbunătăţit, analizele i-au ieşit foarte bune, iar calcemia s-a mărit fără tratament medicamentos.

Impresii fi trăiri:

măunt mult mai liniştită, mai bună, mai măr inimoasă.

Impresii fi trăiri:

Gheorghe, din Bucurefti

Elena, din Bucurefti Ionescu, din Bucurefti, muzeograf

Mariana, din Bucurefti, asistentă medicală

Radu, din Bucurefti, profesor

Rod ic a, din Bucurefti

Meditaţia cu Flacăra Violetă oferă conştientizare subconştientului pentru autodisciplina terapeutică.

Impresii fi trăiri: „Sunteţi o Minune; vă mulţumesef

Impresii ţi trăiri:

ulred că trebuie insistat pe noţiunea de Prana (căldura internă), prin hipnoza la distanţă. Mă simt bine fi sunt bucuros că am ocazia să particip la aceste meditaţii.

Impresii ţi trăiri: mbucurie, linişte, multă lumină *

„Înălţare, desprindere fi detafare de tot ce este în jurul meu. „Forţă fi putere pentru rezolvarea problemelor.

Domnul Radu are probleme circulatorii şi a participat la două şedinţe de meditaţie cu Flacăra Violetă. *Impresii ţi trăiri*: „*Linişte*, *pace*.

Doamna Rodica a participat la peste o sută de şedinţe de meditaţie.

Impresii şi trăiri: „Acumulare de noi cunoştinţe* „Alternarea stărilorpsiho-afective* „Creftere spirituală”.

Doamna Maria declară că este o persoană sănătoasă, „cu adevărat sănătoasă, cu o memorie bună”. Practică

meditaţia cu Flacăra Violetă de şase ani şi o recomandă şi altor persoane. În timpul meditaţiei simte linişte, bucurie şi siguranţă. *Impresii şi trăiri*: *ml ertitudinea binelui – T*

Doamna Maria are următoarele afecţiuni: reumatism, spondiloză cervicală şi lombară, discopatie, astm bronşic, cataractă, miopie, cardiopatie ischemică, intestin iritabil.

Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de un an şi a participat la şapte şedinţe de meditaţie. De atunci se simte mai liniştită.

Ana Maria, din Bucureşti, biolog

Rod ic a, din Bucureşti, profesoară

Mariat din Bucureşti

Dan Miron, din Bucureşti, proiectant

Ligia, din Bucureşti, inginer în timpul meditaţiei simte furnicături la mâini şi o senzaţie de linişte.

Doamna Ana Maria practică meditaţia cu Flacăra Violetă de şase luni şi a participat la şase şedinţe.

În timpul meditaţiei simte o senzaţie de bine, declarând că, de când o practică, simte o ameliorare a stării de sănătate.

Doamna Rodica a participat la şase şedinţe de meditaţie cu Flacăra Violeta şi o recomandă şi altor persoane. În timpul meditaţiei simte nevoia de a căsca, lacrimi şi dorinţa trupului de a levita.

Doamna Maria are probleme cu spatele şi a venit la două şedinţe de meditaţie cu Flacăra Violetă. De când o practică se simte foarte bine şi mult mai liniştită. În timpul meditaţiei simte o linişte sufletească.

Domnul Dan Miron are mai multe afecţiuni. Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de aproximativ un an şi a participat la paisprezece şedinţe. Recunoaşte că starea sa de sănătate s-a îmbunătăţit. În timpul meditaţiei simte o stare de bine, de linişte şi relaxare.

Doamna Ligia practică meditaţia cu Flacăra Violetă de peste un an şi a participat la cincisprezece şedinţe.

Maria, din Alexandria

Maria, din Boldeşti-Scăieni, Prahova în timpul meditaţiei simte o stare de bine, de pace, de înălţare.

O recomandă şi altor persoane. *Impresii şi trăiri*:

Anca Danie/a, din Bucureşti, matematician

„La începutul şedinţelor am avut zone în care flacăra se albea; mi-a fi spus atunci că zona respectivă absoarbe flacăra fiindcă are probleme de sănătate, iar acum se află în stare de ameliorare”. „Articulaţiile de la genunchi şi-au revenit la normal”.

Doamna Anca Daniela a participat la două şedinţe de meditaţie, simţind o relaxare totală (a adormit). În timpul meditaţiei a avut o stare de calm, li nişte, pace, bucurie, iubire.

Impresii fi trăiri:

Mihaela, din Bucureşti, geolog

„La începutul uneia dintre şedinţele de meditaţie mă durea capul, dar durerea a dispărut după terminarea (în timpul) meditaţiei. Am să o practic ascultând CD-ul”.

Doamna Mihaela are hernie hiatală gigant, osteoporoză, dar are şi probleme cu glanda tiroidă.

De când practică meditaţia cu Flacăra Violetă este mult mai calmă. În timpul meditaţiei simte o relaxare totală. *Impresii fi trăiri*: *„Este ceva deosebit*.

Maria, din Bucurefti

Simt că pot să suport mai uf or problemele cotidiene”.

Doamna Maria are hernie de disc, constipaţie şi probleme cu ochii.

Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de şase luni şi a participat la cinci şedinţe. Simte o ameliorare generală a stării de sănătate.

În timpul meditaţiei simte o stare de relaxare.

Impresii fi trăiri:

Maria, din Bucurefti, asistentă medicală

În timpul meditaţiei, la început, văd negru; după un timp, văd roz, dar cu pete negre care se mişcă. Apoi culoarea roz devine bleu fi văd un cer albastru prin care se mai mişcă pete negre. După care, încet-tncet, încep să «văd» această lumină violetă. Este minunat J*

Impresii fi trăiri:

uăm simţit o stare de profundă relaxare, de linişte, apoi o încălzire a întregului corp. Voi cânta fi voi practica zilnic această metodă de vindecare pentru mine şi pentru întreaga planetă

Doamna Aurelia suferă de poliartroză. *Impresii fi trăiri*:

Luminiţa, din Bucureşti, profesoară

Ioana, din Bucureşti, contabil

Ioana, din Bucureşti

Mircea, din Bucureşti

Viorica, din Bucureşti, economist astarea de agi ta fie mentală a dispărut* 9Simt multă linişte, mă inundă multă lumină „Sunt un martor detaşat al stărilor mele minunate. „O stare de iubire divină îmi umple pieptul”. „Este o stare deosebită; sunt liniştită şi bucuroasă Starea de bucurie îmi umple toate celulele fiinţei” Este un ocean de bucurie şi iubire, mln jurul meu există multă bucurie şi frumuseţe.

Impresii fi trăiri;

Aurelia din Bucureşti> învăţătoare

Mă simt mai împăcată cu mine şi cu ceilalţi Flacăra Violetă mi-a creat o senzaţie de beatitudine, armonie şi desăvârşire spirituală *

„Am avut senzaţii de vibraţie la nivelul pielii şi, la un moment datt am simţit că plutesc într-o stare de corporalizare

Doamna Ioana are mai multe afecţiuni: reumatism, cardiopatie ischemică, cataractă, diabet. A participat la două şedinţe de meditaţie, dar nu remarcă încă nicio schimbare radicală a stării sale de sănătate.

În timpul meditaţiei a simţit o stare de linişte profundă.

Impresii şi trăiri:

În timpul terapiei m-am simţit foarte bine, m-am relaxat, energizat şi mi s-au ameliorat anumite afecţiuni ale aparatului digestiv. În plust am avut şi o stare de înălţare spirituală şi de bucurie *

Impresii şi trăiri:

Am rămas plăcut impresionat de rezultatul meditaţiei; mă simt liniştitm

„Vreau să vă spun că vin cu mare plăcere şi încredere la cabinet pentru meditaţia cu Flacăra Violetă. Nu simt mereu aceleaşi trăiri pe parcursul ei, dar finalul este aproape mereu la fel. Foarte plăcut. Sunt, cu siguranţă, mult mai lucidă, mai încrezătoare şi mai mulţumită decât la începutul meditaţiei.

Începutul meditaţiei este, la fel, plăcut. Şi intrarea în starea de relaxare este minunată. De cele mai multe ori reuşesc să parcurg tot drumul.

Văd un con de lumină la capătul căruia este o entitate luminoasă, pe un tron. Când simt această prezenţă, drumul este mai uşor şi mai plăcut. Alteori nu reuşesc să intru în totalitate în starea de meditaţie, casc, îmi dau lacrimile, nu reuşesc să îmi ţin capul drept, simt prezenţa gândurilor cotidiene şi apoi revin la starea de meditaţie.

Mă simt bine şi datorită locului unde se desfăşoară meditaţia „cabinetul încărcat de energii pozitive, dar şi datorită participanţilor, care sunt oameni deschişi spre Lumină.

Este un pic altfel când meditaţia se desfăşoară în sala Teatrului de Comedie. Mai puţin lină este intrarea în starea de meditaţie, dar apoi totul decurge normal. Reuşesc de multe ori să intru în comunicare cu o entitate de Lumină pe care o consider îngerul meu Păzitor, pe care

îl numesc Grigore. Este altă entitate decât cea care stă pe tronul de Lumină.

Mihaela, din Bucureşti

Mulţumesc domnului Teodor Vasile pentru că ne ajută să ne purificăm şi să ne încărcăm cu energii pozitive”.

„Iniţial am luat cunoştinţă despre Flacăra Violetă la întâlnirea organizată de revista *Lumea misterelor* cu cititorii. Până în acel moment nu mai participasem la astfel de meditaţii interactive sau tehnici de iniţiere în cunoaşterea esoterică. Aşadar, impactul a fost foarte puternic încă de la prima experienţă. Prin urmare, am decis că o dată pe lună nu este suficient şi am început să particip la şedinţele ce au loc la cabinet.

Ce anume m-a determinat să particip cât mai des cu putinţă? În primul rând, impactul pozitiv pe care această meditaţie l-a avut asupra mea. Cred că Flacăra Violetă îi oferă fiecărui participant, pe lângă o purificare energetică totală a organismului, şi o anume vibraţie care este necesară fiecărui individ pentru a evolua.

În ceea ce mă priveşte, Flacăra Violetă a acţionat mai mult asupra câmpului mental, mi-a schimbat percepţia despre viaţă şi despre relaţia pe care o aveam cu Divinitatea.

Şi înainte eram o persoană credincioasă, dar acum am realizat că era mai mult un exces de ritual şi religiozitate, care m-a ţinut prizonieră, determinând în viaţa mea un comportament auster.

Meditaţia cu Flacăra Violetă m-a făcut să înţeleg realitatea vieţii şi m-a determinat să caut în subconştientul meu cauzele care au generat acest comportament, şi nu să tratez doar efectele, aşa cum am procedat până acum.

O altă schimbare benefică într-un timp relativ scurt a fost aceea că organismul meu a devenit mai puternic la atacurile energetice negative care, din păcate, vin tot mai

des asupra unora dintre noi, din cauza răutăţii semenilor noştri.

Sojâca, din Bucureşti

Această meditaţie nu numai că a întărit acest scut natural de apărare, dar m-a învăţat cum să ard energia negativă în orice moment al zilei sau al nopţii. Dar – cred eu –, cea mai puternică schimbare a fost ieşirea din ignoranţa în care am trăit până acum, dându-mi curajul şi încrederea de a experimenta şi alte tipuri de meditaţie menite să mă ajute să acced la niveluri cât mai înalte ale cunoaşterii umane”.

„Mulţumesc mult, «domnule terapeut», pentru ritualul Flăcării Violete care, şi de data aceasta, a fost excepţional. Să explic şi de ce Deşi nu sunt supraponderală, în iarna care a trecut am luat cinci kilograme. Mă preocupa mereu acest lucru şi mă gândeam în permanenţă cum aş putea scăpa de câteva kilograme. Gândul acesta nu îmi dădea pace – devenind, în cele din urmă, o obsesie… Cu el adormeam şi tot cu el mă trezeam şi umblam toată ziua.

Şi iată că, în urma meditaţiei cu Flacăra Violetă, treptat, într-o lună de zile, am dat jos trei kilograme fără eforturi speciale.

Iată cum s-a derulat procesul: dumneavoastră, domnule terapeut, când aţi urcat pe podium, eraţi parcă în altă lume, sau, mai bine spus, eraţi într-o minunată imagine stereogramă. De acolo, din depărtarea aceea minunată, pe o tonalitate «angelică», comandaţi ritualul care, la început, a depăşit nivelul fizic, reuşind apoi să înnobileze sufletul.

V-aţi adresat apoi minţii, purificând materia, instinctele, mergând ascendent până la purificarea universului.

Asupra mea, ritualul a avut ca rezultat, mai întâi, un superconfort psihic, apoi fizic, urmat de inundarea

întregului organism de o senzaţie de forţă, ca atunci când s-ar rupe o bucată de pânză. A doua senzaţie a fost aceea de eliberare, mai întâi la nivelul abdomenului, apoi al umerilor, al spatelui, al respiraţiei, ca în final să fie cuprins tot corpul, eliberându-mă parcă dintr-o încătuşare.

Eram uşoară, parcă pluteam, şi o stare de bine venea de data aceasta de la nivelul capului. Doar vocea domnului terapeut, molcomă, voalată, mă mai îndemna să cred că fiinţa mea mai ţinea de materie.»

Am plecat spre casă un alt om, un om nou, parcă renăscut şi care, în decurs de o lună, treptat şi fără niciun fel de efort special, am dat jos trei kilograme.

Ana Maria, din Bucurefti, scriitoare

Mulţumesc pentru aceasta bunului Dumnezeu, domnului Teodor Vasile şi Flăcării Violete şi, nu în ultimul rând, revistei *Lumea misterelor*?

„Despre tehnica Flăcării Violete, s-o numesc aşa, nu am multe a vă spune. Cu ea am venit în contact de puţină vreme. Pot, însă, să vă ofer câteva imagini şi senzaţii care mi-au luminat fiinţa, odată ajunsă în «împărăţia» ei.

La pătrunderea Flăcării Violete, întâi ca un punct, prin mijlocul palmei stâng,, am simţit o răcoare plăcută şi am văzut o Lumină Violetă care creştea ca o flacără ce-mi cuprindea palma, apoi se revărsa, învăluind întreg braţul stâng. În interior era un freamăt ca al unui pârâu ce se grăbea către vărsare. Aşa a ajuns la cap «lacul de acumulare al barajului», unde Flacăra Violetă a spălat, în apele sale, creierul, ochii, nasul, gura şi urechile. Pe toate le-am simţit curate. Astfel, verdele ierbii, albul florilor şi galbenul lanurilor de floarea-soarelui din câmpia în care privirea mea se topea de încântare şi se pierdea în extaz se arătau nespus de strălucitoare, iar parfumul ce umplea aerul mă îmbăta cu mireasma sa. Cântecele păsărilor răsunau vesel în urechile care, acum, distingeau parcă triluri necunoscute.

Când Flacăra Violetă a coborât în inimă, ea, cuprinsă de înflăcărare, a început să radieze. Cred că, atunci, chipul meu arăta plin de lumină. Simţeam o fericire uriaşă, dar nu tulburătoare, ci gingaşă, cerească.

Au urmat, pe rând, plămânii, ficatul, stomacul, rinichii, organe atât de importante ale trupului meu. Toate păreau mulţumite la contactul cu Flacăra Violetă.

Respiraţia a devenit profundă şi liniştită, în mijlocul «oceanului» de grâu copt în toiul verii. Sângele curgea acum, fără nicio stavilă, înviorând toate zonele acestui minunat templu, care este corpul meu, umplându-le de viaţă.

Floarea, din Bucureşti, funcţionar

Scăldând centrul feminităţii, Flacăra Violetă a stârnit energia Kundalini, care s-a înălţat ca un gheizer, până la capătul fiinţei mele, făcându-mă aproape să dau buzna afară din trup. Cu greu am reuşit să opresc spiritul să nu îşi ia zborul spre infinit. Oricum, am simţit nisipul fierbinte sub tălpile care alergau, imaginar, peste nesfârşitele sale dune aurii. Apoi, toate apele Flăcării Violete au revenit în matcă. Au devenit un punct în palma mea dreaptă, care s-a dizolvat. A fost momentul când era cât pe ce să adorm. Atunci, vocea maestrului m-a readus în actualitate, în cotidian. L-am privit zâmbitoare şi i-am mulţumit din adâncul inimii pentru frumoasa experienţă, pentru minunata călătorie într-o lume plină de magie, în care m-a condus cu atâta bunăvoinţă, cu atâta dăruire, cu atâta iubire. Fie binecuvântat!”

„Datorită meditaţiilor cu Flacăra Violetă am reuşit să mă liniştesc, să-mi eliberez creierul de toate gândurile negative, să mă debarasez de încrâncenările ce-mi rămăseseră din timpul seiviciului, încercând să-mi ajut semenii după puterile mele.

Tudor) 17 ani, din Bucureşti, elev

Meditaţia cu Flacăra Violetă îmi dă o linişte

deosebită şi, uneori, parcă este Lumină şi în jurul meu, iar prezenţa dumneavoastră îmi creează o stare de bucurie interioară greu de explicat şi siguranţa că nimic nu mă poate afecta”.

Tudor a participat la şase şedinţe de meditaţie cu Flacăra Violetă şi simte deja o ameliorare a problemelor sale de sănătate, în timpul meditaţiei simte o stare de relaxare totală, ca o plutire, uneori o căldură puternică îi cuprinde tot corpul.

Impresii şi trăiri:

mPrima dată când am audiat CD-ul, nu pot spune că am simţit ceva puternic. Mai degrabă am fost chiar relaxat. Însăt începând cu a doua şedinţă de meditaţie, am experimentat diferite senzaţii: mai întâi, am văzut o atmosferă de culoare albas/ruinchis fi am avut o senzaţie de rece; apoi, am început să văd şi alte culori: roşu, un fel de roz-mov, simţind o căldură în cele două palme. După fiecare şedinţă de meditaţie mă simţeam foarte relaxat şi capabil să fac orice”.

Doamna Floarea recunoaşte că suferă de cardiopatie ischemică şi că are o tensiune oscilantă.

Practică meditaţia cu Flacăra Violetă de trei ani şi a participat la aproximativ treizeci de şedinţe.

A observat o ameliorare a stării sale de sănătate, tensiunea stabilizându-se. În timpul meditaţiei simte o stare de linişte şi multe furnicături în palme.

Impresii şi trăiri:

Raluca, din Bucureşti, asistentă medicală

41Câteodată îmi apar puncte luminoase pe ecranul mental, uneori ca o ploaie de luminiţe, starea de linişte şi bucurie se instalează chiar de la intrarea în sat al, somnul este liniştit şi odihnitor (cu toate că uneori dorm doar două-trei ore pe noapte). Şi în apartament se simte multă linişte, vecinii zgomotoşi s-au potolit şi nu mai fac scandaluri, iar unele persoane mai avare şi puse pe ceartă

nu mai pot intra la mine în apartament motivând că au o stare mai «ciudată» dacă vin în vizită (unii fumează, nu prea merg la biserică, au alte preocupări) *

„Pacea, liniştea sufletească, eliberarea, sentimentul libertăţii sunt senzaţii frecvente pe care le trăiesc la sfârşitul ritualului cu Flacăra Violetă. De data aceasta, în mod deosebit (poate şi fiindcă sunt după o întrerupere de şase luni), am trăit mai intens toate sentimentele enumerate mai sus. În plus, la un moment dat, am crezut că eu sunt un punct exterior care priveşte către un corp de forma cilindric-ovoidală şi care conţine o sursă extrem de luminoasă, galbenă. Deşi priveam de afară această imagine, totuşi parcă eram eu acest complex. Apoi imaginea s-a întunecat, dar exista un contur auriu, care apoi s-a mutat în mijloc şi parcă intensitatea luminii fluctua.

Floarea, din Bucureşti, tehnician veterinar

După ce am deschis ochii (cu mare greutate), n-am fost sigură dacă nu cumva acesta a fost efectul flăcării lumânării aflate în faţa mea pe *o geodă*.

În acelaşi timp, cred că şi dumneavoastră aţi acţionat într-un fel asupra mea, pe care, deşi l-am simţit şi ştiu că a existat, totuşi nu îl pot descrie, pentru că nu am niciun termen de comparaţie.

Alexandrina, din Jrziceni, profesoară

Oricum, senzaţiile au fost pozitive. Am uitat să spun că, deşi eram foarte obosită când am început ritualul (căscam tot timpul şi îmi era somn), la sfârşit m-am simţit odihnită şi plină de energie.

„Eu vin la întâlnirea cu cititorii revistei *Lumea misterelor* de foarte mulţi ani şi mă simt foarte bine după meditaţia cu Flacăra Violetă. Timp de o lună de zile după această meditaţie, mă simt plină de energie, nu mă doare nimic şi muncesc foarte mult, până seara târziu.

Timp de două luni nu am putut să mai vin la şedinţele

de meditaţie, iar problemele nu au întârziat să apară. Mă simţeam extenuată, fără putere, oboseam foarte repede, nu mai aveam nici poftă de mâncare. În momentul în care am revenit la şedinţele de meditaţie, chiar de la prima întâlnire, situaţia s-a schimbat şi m-am simţit din nou sănătoasă.

Aş recomanda meditaţia cu Flacăra Violetă prietenilor şi cunoscuţilor cu cea mai mare încredere.

Carmen, din Bucureşti, asistentă medicală – coordonatoare sală de operaţii

Dumnezeu să-i binecuvânteze în continuare pe domnul Teodor Vasile şi Flacăra Violetă. Vă mulţumesc pentru ocazia de a face această dezvăluire Divină!”

„De multe ori am venit pentru a participa la ritualul cu Flacăra Violetă, obosită, stresată, nemulţumită, îngrijorată, cu dureri de cap şi, de fiecare dată, la sfârşitul acestuia, eram odihnită, liniştită, armonioasă, împăcată, încrezătoare şi fără nicio durere. Starea de rău era înlocuită cu starea de bine!

Aura, din Bucureşti, psiholog

Pot spune că se întâmplă minuni – la sfârşitul ritualului îmi dau seama că suferinţa a dispărut. Totul depinde de măsura în care crezi, însă ceea ce primeşti ca ajutor extraordinar în timpul acestui ritual este îndrumarea către acea stare în care reuşeşti să crezi că poţi să schimbi propria realitate ce te nemulţumeşte şi, ca urmare, lucrurile se şi întâmplă!”

„Când am venit prima dată la meditaţia cu Flacăra Violetă abia mă înscrisesem la facultate. Chiar dacă nu pot să mă laud cu o prezenţă de 100% (din cauza serviciului), atunci când nu lucrez, nu pierd niciodată ocazia de a participa la ritualul Flăcării Violete. Cu toată experienţa mea, nu pot să spun că reuşesc de fiecare dată să mă concentrez asupra Flăcării Violete pentru că se întâmplă ca gândurile să-mi zboare şi să mă plimbe prin diferite

locuri, dar întotdeauna mă întorc acasă odihnită şi bine dispusă. Aş putea lua ziua de la capăt.

Mi se întâmplă să aţipesc în timpul meditaţiei şi, deodată, timpul se comprimă. La sfârşit, chiar dacă a trecut o oră, mie mi se pare că au fost doar zece minute.

Vreau să împărtăşesc aici numai una dintre experienţele trăite la meditaţia cu Flacăra Violetă. Acum doi ani, veneam direct de la serviciu şi nu avusesem o zi prea bună, eram chiar supărată (ceea ce mi se întâmplă rar).

În timpul meditaţiei nu reuşeam să mă concentrez foarte bine pe Flacăra Violetă şi gândurile îmi zburau la întâmplările din ziua respectivă. La un moment dat, am început să tuşesc, tuşeam întruna şi simţeam că mă sufoc, că nu mai pot respira. Era o situaţie foarte jenantă pentru că nu voiam să-mi deranjez colegii, dar nu reuşeam să-mi revin. După aceea totul a fost normal.

La sfârşitul meditaţiei, i-am mulţumit domnului Teodor Vasile pentru ajutor şi i-am spus că nu ştiu de unde a apărut accesul acela de tuse.

Dumnealui mi-a răspuns cu o întrebare: «La ce te gândeai atunci?»

Atunci mi-am dat seama că gândul îmi zburase la cearta mea din ziua respectivă cu o colegă de serviciu care suferea de astm bronşic. Mi-a fost ruşine de gândul nu prea bun la adresa ei şi reacţia mea (tuşea) a fost pedeapsa pe care am primit-o.

Steluţa, din Bucurefti, inginer

Concluzia e clară: Flacăra Violetă este numai pentru sănătate şi gânduri bune!”

„Vreau să descriu ce simt în timpul meditaţiei cu Flacăra Violetă şi îmi dau seama că nu îmi găsesc cuvintele.

E o feerie. E o baie de lumina, sunete şi adieri. Am simţit o atingere fină pe obraz, pe obrazul stâng. Care

înger ni-a atins? Sau poate că e energia fiinţelor de Lumină, ce pentru o clipă sufletul meu le-a zărit. Dungi violete ca nişte eşarfe de diferite nuanţe îmi inundă întreaga fiinţă şi parcă un ocean de mătase mă îmbrăţişează.

Mulţumesc Divinităţii că face posibile toate acestea şi zbor mai departe.

Vocea care mă conduce, mă atenţionează că mă grăbesc. Totul mă îndeamnă să mă bucur de acea libertate. Acolo unde sunt nu este timp şi spaţiu. Parcă nici nu trebuie să mai respir.

Violetul se transformă, se închide la culoare şi devine bleumarin.

Fâşii de violet se întrepătrund cu bleumarin.

Apare un grup de luminiţe galbene. Dansează. Dintr-odată, luminiţa galbenă se transformă într-un chip blând. Simt cum zâmbesc şi mi se umplu ochii de lacrimi. Totul e sublim. Bunătate, linişte, pace, armonie, dar simt o durere; nu o pot localiza. Mă năpădesc gânduri. Le las să vină şi să plece.

Deschid ochii. Nu mai simt durerea. Nici nu mai contează. Important este că încă plutesc, de parcă nu aş fi percepută în totalitate aici, şi simt cum radiez. Mă simt uşoară.

Alina, din Bucureşti, arhitect

Cum am ajuns acasă, am aprins o lumânare, am închis ochii şi am văzut luminiţa galbenă, ce avea acum în jurul ei, ca un cerc, un minunat curcubeu. Luminiţele sunt mereu cu mine”.

„Misterioasa culoare violet m-a fascinat dintotdeauna, dar mai ales de când am început să privesc atent pietrele de ametist, atrasă de aceste bijuterii ale naturii – florile de mină, care vorbesc mai mult decât orice despre frumuseţea şi puterea luminii violete.

Când am început să practic meditaţia cu Flăcăra

Violetă, ştiam despre semnificaţia spirituală a acestei culori, despre corespondenţa ei cu Chakra spirituală, despre simbolistica ei spirituală şi religioasă, despre utilizarea ametistelor în terapie. Mai ştiam despre proprietatea purificatoare a focului (a luminii), aşa încât nu mi-a fost greu să practic această meditaţie.

Mai ştiam câte ceva despre Saint-Germain, că ar fi fost patronul Flăcării Violete, acel maestru atât de controversat, invidiat şi iubit de alchimiştii secolului trecut pentru că ar fi intrat în posesia leacului (reţetei) nemuririi.

Mie, meditaţia cu Flacăra Violetă mi s-a părut firească, naturală; de la sine înţeles că această flacără frumoasă şi nobilă este purificatoare şi înălţătoare totodată.

Meditaţia în sine, aşa cum am practicat-o sub îndrumarea maestrului Teodor Vasile, mi-a produs o stare de pace şi profundă detaşare, alta decât cea pe care o aveam la început”.

Stările de Conştiinţă Modificată

Dintotdeauna lumea a fost fascinată de aşa-numitele stări de conştiinţă modificată, confundându-le de multe ori cu stările de conştiinţă alterată. Ar fi bine să se ştie că există diferenţe între acestea: stările de conştiinţă alterată reprezintă semne patologice sau inducţii hipnotice cu rol distructiv, atât pentru viaţa subiectului, cât şi pentru a celor din jur; ele se observă adesea la pacienţii suferinzi de afecţiuni grave ale sistemului nervos, la criminalii în serie sau la teroriști. Stările de conştiinţă modificată ţin de un domeniu total diferit, reprezentând acele stări care duc individul dincolo de limita normalului de zi cu zi. Sunt stări în care hipersensibilitatea şi acuitatea anumitor percepţii îl fac să intre în contact cu o altă dimensiune a acestei lumi.

De pildă, se pot percepe sau vedea lucruri diferite, se pot crea acţiuni şi stări de fapt inexplicabile, obţinându-se, în final, vindecări miraculoase, călătorii spaţio-temporale

etc. Toate acestea se pot obţine într-o stare de semitransă, de semiadormire a creierului. Persoanele care obţin aceste stări sunt considerate cu totul speciale. Antrenate într-un mod deosebit, ele creează diverse legende. Ceea ce trebuie ştiut este faptul că orice om normal poate obţine astfel de stări (de conştiinţă modificată) pe parcursul vieţii. De cele mai multe ori nici nu realizează intiarca într-o astfel de stare.

Cu toţii am trăit stări deosebite. Gândeşte-te, cel puţin o dată în viaţă ai simţit că ai mai văzut o persoană sau un anumit loc, că ai repetat o anumită acţiune. Acesta nu e altceva decât fenomenul de *déjà vu*, considerat de foarte mulţi, drept o stare de conştiinţă modificată. În fapt, fiecare dintre noi intrăm de mai multe ori în viaţă în astfel de stări, mai profunde. Zilnic, însă, la nivel superficial, parcurgem o astfel de stare. Cum se defineşte ea? I-am putea spune, simplu, starea *Alfa*.

Această stare reprezintă, în fapt, trecerea creierului într-o frecvenţă cuprinsă între 7 şi 14 Hz.

Undele de frecventă cerebrale

1. Undele *BETA* – care apar preponderent în starea de veghe, cu frecvenţele cuprinse între 14 şi 21 Hz;

2. Undele *ALFA* – care apar preponderent în starea de semisomn, cu frecvenţele cuprinse între 7 şi 14 Hz;

3. Undele *TETA* – corespunzătoare stării de somn, cu frecvenţele cuprinse între 4 şi 7 Hz;

4. Undele *DELTA* – corespunzătoare somnului profund, cu frecvenţe sub 5 Hz.

Aşadar, zonaâcorespunde domeniului în care toate frecvenţele cerebrale sunt diminuate la aproximativ jumătate din stairea de veghe. Cercetătorii care au utilizat *biofeedbackrxă* (electroencefalografia) au observat că, la pacienţii cu zona *Alfa* activă, se îmbunătăţeşte activitatea organelor dezechilibrate (supuse stresului), se

normalizează tensiunea arterială, pulsul devine uniform, funcţionarea automată a corpului intră mai mult sub controlul individual, creşte capacitatea cerebrală dincolo de dublul normalului etc.

Dar toate acestea, şi nu numai ele, pot fi obţinute şi în mod conştient dacă activezi volitiv zona *Alfa*, adică dacă îţi diminuezi în mod voluntar frecvenţele cerebrale – tocmai ceea ce doresc să te învăţ în cele ce urmează!

Deja ţi-ai mai programat creierul de nenumărate ori ca să efectueze în mod automat o serie de operaţiuni: dimineaţa te trezeşti, te ridici din pat, te îmbraci, îţi legi şireturile, conduci maşina – toate acestea fără să te gândeşti măcar un moment la ele. Prin parcurgerea celor ce urmează vei putea învăţa să-ţi foloseşti subconştientul în programarea şi dirijarea conştientă a vieţii tale. Vei putea învăţa să-ţi utilizezi creierul pentru:

adormirea la o oră oarecare;

trezirea la orice oră;

rămânerea în stare de veghe, în stare de somnolenţă;

Înlăturarea unei dureri (de cap, de exemplu);

rezolvarea unor probleme apărute ad-hoc;

renunţarea la unele vicii;

reţinerea uşoară a unor liste lungi de probleme;

Învăţarea mai eficientă;

corectarea oricărei schimbări negative apărute în corpul tău;

cuplarea simultană a ambelor emisfere cerebrale pentru rezolvarea unei sarcini oarecare;

creşterea creativităţii şi a receptivităţii;

ajutorarea altora în caz de boală etc.

AUTOCONTROLUL

Autocontrolul este o metodă originală a profesorului Dan Seracu, particularizată pentru nevoile specifice, cultura şi credinţa poporului român. Este o meditaţie ce îmbină formele de relaxare preluate din *Qi gong*-ul

chinezesc şi tehnicile *yoga*, dar, în principal, îşi are rădăcinile în tehnicile de „*mind* contwlu create de José de Silva. A se citi corect: nâşi are rădăcinile”, adică este inspiraţi din acestea şi doar atât. Autocontrolul nu este nici pe departe o preluare *ad-literam* a tehnicilor lui de Silva, ci este o tehnică individuală elaborată cu multă trudă de doctorul Dan Seracu; de asemenea, unele elemente de bază sunt prelucrate din elemente specifice isihasmului sau din tehnicile de energie universală şi radiestezice.

Este bine de ştiut că Autocontrolul nu este o religie sau o ştiinţă, ci, mai degrabă, o artăarta de a trăi – vibrând în armonie cu întregul Univers. Ce poate fi mai frumos decât să simţi că eşti o mică parte din acest mare Univers, că ai venât AICI ŞI ACUM, pe acest Pământ, cu o Misiune, şi că ai totul pentru a face tot ceea ce îţi doreşti. În tine stă Soluţia vindecării, TU prin propriile gânduri îţi Creezi Viitorul

Autocontrolul este o formă de meditaţie integrativă.

Autocontrolul are o tehnică unică, ce a fost pusă la punct luându-se de la fiecare dintre formele amintite mai sus tot ceea ce nu este nociv. De exemplu, în *Yoga* este de-a dreptul periculos să revii brusc din meditaţie; în tehnica Autocontrolului se intră doar în domeniul *Alfa*, denumit astfel după numele undelor cerebrale activate în mod conştient, fiind astfel evitat orice pericol.

De asemenea, au fost diminuate condiţiile restrictive (ca, de exemplu, o anumită alimentaţie) oferind o comoditate maximă, salutară chiar, în epoca aceasta superstresantă în care trăim.

Tocmai de aceea vei găsi poziţii care mai de care mai complicate, ca, de exemplu, *asana* din *Yoga*; aşadar, recomandarea noastră este să te aşezi cât mai comod într-un fotoliu sau să îţi alegi poziţia care îţi tihneşte cel mai bine.

Există patru tipuri principale de stări:

1. Vibraţia normală P {*Beta*\ mentalul conştient; sunt undei cerebrale care există în stare de veghe, între 21 – 14 cicli/secundă. Aici se produc automatismele, reflexele condiţionate, toate activităţile conştiente.

2. Domeniul a (*Alfa*\ cuprins între 14 – 7 cicli/secundă (semi somnul), este primul nivel al sugestiei şi se caracterizează printr, stare de semiconştienţă, reacţiile vor fi mult încetinite faţă de cele din starea *Beta*; în această stare se lucrează cu cristalele, se fac îitualuri de purificare, măsurări radiestezice (starea denumită *Ready*) Este domeniul care corespunde nivelului conştiinţei interioare, lumi spirituale; aici nu mai există noţiunile de spaţâu şi timp. Frecvenţa de 10 Hz corespunde celei la care se interconectează cele două emisfere cerebrale: dreaptă (intuitivă, folosită rar, ca, de exemplu, la ascultarea unei bucăţi muzicale, la admirarea unei picturi etc.) şi stângă (cu.ro analitic şi sintetic – în cazul dreptacilor; la stângaci, situaţia este inversă). Tot frecvenţa de 10 Hz este atribuită *frontierei PSI*; sub nivelul acesteia apar toate fenomenele de parapsihologic: telepatia, percepţia extrasenzorială (PSE; ESP), telekinezia, premoniţia etc. Chiar şi Pământul prezintă o vibraţie în acest domeniu, în jur de 8, 5 Hz.

Starea Ready este o formă de intrare în *Alfa* cu legătură mistică (o rugăciune de invocare care Sfânta Treime, semnul crucii care creează echilibrare, apoi se cere voie pentru a se face o anumită măsurătoare)

Crucea este un simbol al luminii; un echilibru între cele patru elemente: apă, aer, pământ, foc; numerologic, înseamnă „mişcare”. Pentru creştini, simbolul crucii este cel al sacrificiului lui Iisus pentru păcatele oamenilor, este un simbol al durerii (romanii practicau crucificarea ca o formă de pedeapsă împotriva celor care greşeau). Crucea, ca simbol al luminii, este crucea cu laturile egale, crucea cu latura de jos mai lungă fiind crucea de sacrificiu.

Ritualul de purificare se face pe crucea de lumină, nu pe cea de sacrificiu.

În radiestezie se întâlnesc şi cele trei stări: noesic, biosic şi fizic; atunci când se face semnul crucii, se unesc cele trei stări.

Cum ajungi la starea *Ready*:

spui o rugăciune, ceri ajutorul divin;

lucrezi la cele trei nivele: noesic, biosic, fizic;

ajungi, în final, la o stare de echilibru, inspiraţie şi iei elementele pe care doreşti să le afli.

3. Starea O (*Teta*), între 7 şi 4 cicli/secundă (starea de somn); acum apar foarte des fenomene psihokinetice. Dobândind această stare, se pot practica chirurgia generală şi stomatologică fără dureri, hipnoza inductivă, se induc mesajele subliminale, autoprogramarea, visele (în această stare intră foarte uşor cei cu carenţe de Calciu şi Magneziu; când sunt obosiţi, becurile sau aparatele din preajma lor se pot arde). În această stare se dau şi sugestii mai profunde (să vorbească o limbă străină, să-şi amintească detalii chiar din viaţa intrauterină – în criminologie).

4. Starea A {*Delta*), între 4 şi 1 – 2 cicli/secundă (somnul profund). Este un nivel non-rezistent; se poate ajunge la transă cataleptică, hipnoze regresive, mesajele subliminale cele mai puternice.

Iată ce spunea profesorul Dan Seracu, în urmă cu şaptesprezece ani, la cursurile sale de iniţiere în Autocontrol:

„În cele ce urmează te voi învăţa în câţiva paşi cum să-ţi atragi zona *Alfa* sub control, pentru a medita. Dacă te vei strădui şi vei învăţa bine, vei ajunge în situaţia de a-ţi elibera forţele imaginaţiei pentru a rezolva o serie de probleme pe care le ai. Dar pentru început să ne ocupăm doar de învăţarea meditaţiei.

Deoarece vei învăţa singur, fără asistenţa directă a

unui ghid experimentat, voi folosi o metodă mai lentă şi puţin modificată faţă de cele aplicate la unele cursuri. Nu-ţi va fi greu.

Dacă vei învăţa meditaţia şi vei întrerupe următorii paşi, chiar şi aşa deja vei putea rezolva anumite probleme, în timpul meditaţiei, intri într-un teritoriu minunat, foarte greu de redat în cuvinte, iar frumuseţea întâlnită aici are un efect eminamente calmant Pe măsură ce meditezi, ajungi pe niveluri tot mai profunde ale Eului tău şi simţi tot mai puternic pacea sufletească interioară, atât de solidă, încât nu poate fi distrusă de nimic în viaţă.

De toate acestea va profita benefic şi corpul tău. Pentru început, vei observa că, în timpul meditaţiei, dispare orice sentimen: de supărare, de ură, de angoasă. Una dintre frumuseţile meditaţi ei în *Alfa* este că nu poţi să duci cu tine sub nicio formă sentimentul supărării, al regretului, al urii, al angoasei. Ele rămân întotdeauna *la ufă*, iar când revii vei constata că *au fost luate de cineva* Dar dacă, totuşi, îţi apar aceste sentimente în timpul meditaţie (practic imposibil), află că în acel moment ai fost pur şi simpi *debarcat*, ai revenit în *Beta*. Cu timpul, pe măsură ce exersez pe măsură ce avansezi în practicarea acestei meditaţii, asemene sentimente (să le numim) *malefice* se vor îndepărta tot mai mu de tine, iar într-o zi vei constata că ele au dispărut cu desăvârşir din viaţa ta. Aceasta nu înseamnă altceva decât că toate gânduri care îmbolnăvesc corpul şi spiritul au fost neutralizate complet.

Corpul nostru ar-e Modelul Său Perfect, *fiindcă a fost cr-eat după chipul şi asemănarea Lui*; adică a fost proiectat să fie sănătos. Are mecanisme proprii de autovindecare, încorporate din start. Aceste mecanisme sunt însă blocate de un mental care a uitat *Auto controlul* Fac o paranteză: probabil ştii că nu folosesc niciodat expresia *a vindeca pe cineva*, ci pe aceea de *a ajuta*. Tocmai ast şi facem: ajutăm deblocarea mecanismelor prin lumina primită de la El şi

totul se vindecă. Ştiu doar că un singur Om a vinde cât în ultimii două mii de ani; Acesta este Iisus Hristos* Noi doar ajutăm, rugându-l pe El să ne sprijine în această muncă Să revenim: în autocontrol, meditaţia este primul pas cu ajutorul căruia poţi ajunge foarte departe în deblocarea forţelor curative ale organismului propriu sau al altuia şi prin care îi poţi reda energiile împrăştiate, anihilând tensiunile apărute sau create”.

Un pas mai departe pe această Cale, profesorul Dan Seracu, îl explica aproximativ aşa:

„Dimineaţa, după ce te-ai trezit, fă-ţi toaleta dacă este nevoie, după care revino în pat şi pune ceasul să mai sune o dată peste cincisprezece minute; aceasta dacă cumva vei adormi din nou (se întâmplă uneori la început). Lasă radioul încet şi lumina slabă, pentru a te obişnui să lucrezi în asemenea condiţii. Stai relaxat pe spate cu mâna stângă întinsă pe lângă corp, cu palma în sus, iar dreapta cu palma lipită oriunde de corp (stângacii procedează invers). Acestea ţi le cer deoarece în palma stângă există o Chakră (se pronunţă *ciakra*) secundară de recepţie, ca şi în dreapta, dar care este de emisie. Chakra reprezintă un punct de schimb şi metabolizare a energiilor subtile, adică un centru energetic, Prin poziţia recomandată nu există pericolul ca energia pe care o primeşti de Sus să o pierzi necontrolat, închide ochii şi priveşte (pe sub pleoape) în sus, sub un unghi de aproximativ douăzeci de grade. Acest unghi este echivalent cu cel sub care priveşti din poziţia şezând un obiect aflat la doi metri de sol şi la trei metri de tine. Motivele nu sunt clarificate încă, dar este cert că intrarea în *Alfa* este cu mult uşurată în aceste condiţii.

Acum spune (mental) o propoziţie de felul: *Număr rar de la 100 până la 1 fi intru în cele mai adânci zone din Alfa*, sau... *Mă relaxez perfect* etc. Propoziţia poate fi modificată după cum îţi convine, dar, odată ce ai început să înveţi aşa, nu o mai schimba!

În prima săptămână, începe numărătoarea de la 100. Frecvenţa cu care pronunţi numerele să nu fie mai mică de o secundă. Fii atent (a) doar la numărare! Numără rar! Vei simţi, cum te cufunzi tot mai mult în starea de relaxare.

Când ai ajuns la 1, eşti în *Alfa*, gata de a folosi pentru orice fel de probleme avantajoase. Dar încă nu te grăbi, mai lasă ceva timp pentru asta până mai exersezi. În schimb savurează câteva minute această stare plăcută, paşnică!

Cu toate că simpla numărare de la 100 la 1 te ajută să aterizezi în *Alfa* „ai nevoie de circa treizeci şi cinci-cincizeci de zile pentru a învăţa activarea conştientă a zonei. Aşadar, în prima săptămână, numărarea de la 100 la 1, în următoarea numărarea de la 50 ia 1 apoi de 25 la 1, iar apoi de la 10 la 1. În ultima săptămână, numără de la 5 la 1 pentru a intra în *Alfa*\ astfel, ai învăţat activarea zonei în circa cinci secunde. Dacă se întâmplă să adormi, a doua zi, la continuarea exerciţiului, introdu un factor uşor stânjenitor, dar nu deranjant (scoate perna, treci din pat în fotoliu etc.) – Dacă te-ai încurcat, reia numărarea de unde crezi că te-ai oprit, f & ră a te forţa, încă din prima zi trebuie să înveţi şi metoda de ieşire din *Alfa*, *f* de revenire în *Beta*. Pentru aceasta, spune mental o propoziţie de felul: *Număr rar de la 1 la* 5, *revin în Beta*, *sunt treaz*, *relaxat ţi mă simt mai bine decât înainte*. Deschide ochii undeva între 3 şi 4, iar la 5 eşti complet treaz şi relaxat”.

După ce ai parcurs cele circa treizeci şi cinci-cincizeci de zile de învăţare, urmează etapa deprinderii intrării în *Alfa* şi în alte stări. Acum este momentul (dacă nu ai făcut deja acest lucru) să-ţi procuri cărţile *Autocontrolul pas cu pas*, *Autoconhvlul pentru avansaţi* sau *Autocontrol*, de Dan Seracu, Editura Aldo Press, 2003. În cazul în care ai întâmpinat greutăţi, te invit să participi la un curs de Autocontrol care se desfăşoară în Bucureşti, o dată la trei luni.

Să nu uiţi că starea de meditaţie este o stare naturala (ca să o obţii, nu ai nevoie nici de ciuperci halucinogene, nici de marihuana sau *Cannabis indica*, nici de alcool sau neuroleptice). Ea există ca fundal al activităţii diurne; zilnic eşti acolo, dar mai ales când te relaxezi sau *visezi cu ochii deschişi*. Nu este nimic extraordinar în asta; nu auzi cântece de sirene şi nici trâmbiţe nu te întâmpină la intrarea în *Alfa*. Degeaba ai aştepta un comunicat oficial. Totuşi, eşti în *Alfa* şi îţi atragi tot mai mult sub control această zonă a subconştientului. Pe măsură ce ştii să meditezi tot mai bine în mod din jat, poţi să foloseşti tot mai util tehnicile *Autocontrolului* în scopul atingerii ţelurilor tale, pe care încă nici nu le gândeşti.

„Pare o copilărie ca pentru un lucru atât de simplu să ai nevoie de circa treizeci şi cinci-cincizeci de zile, dar trebuie să ţii cont că în *Alfa* orice rezultat bun, orice succes reprezintă punctul de plecare pentru data următoare. De aceea trebuie ca precedentul să fie acelaşi întotdeauna – în spaţiu, timp şi metodă. Orice modificare duce doar la întârzieri.

În timpul exersării, apar şi avantaje fiziologice: toate celulele corpului tău, toate oasele, toţi muşchii, toţi nervii participă activ la relaxare. Profită din plin de aceste momente care îi lipsesc omului obişnuit din cauza stresului cotidian.

În cazul în care totuşi vei continua şi după cele circa treizeci şi cinci-cincizeci de zile, va fi o experienţă interesantă să ajungi pe nivelurile profunde ale sufletului; cu timpul, aceste plimbări vor fi tot mai naturale, iar nuanţa de aventură va dispărea. Mulţi părăsesc meditaţia în acest moment, uitând că nu participă la o excursie de unul singur şi că este primul pas (poate) al celei mai importante călătorii din viaţa lor!” 1

În acest opirol a în folosir extrase şi pasaje d>n conf enniete şi lucrânte Maesrrului Dan Se/ucu în care au fost

expuse tehnic/ specifice metode/ sale de Autocontrol (n.al

Întrebări şi Răspunsuri

Ce este stresul? (*Miron L.*)

Stresul este o stare de care aproape toţi ne plângem că suntem afectaţi. Printre nenumăratele definiţii ale stresului, cea mai folositoare este cea care îl defineşte ca fiind „orice schimbare la care trebuie să ne adaptăm”.

Majoritatea oamenilor definesc situaţiile stresante ca fiind negative (*distress*): boala, moartea unei persoane apropiate sau iubite, divorţul, concedierea etc. Dar, în egală măsură, şi situaţiile pozitive pot fi producătoare de stres {*eustress*}. mutarea în casă nouă, căsătoria, promovarea profesională, intrarea la facultate.

Stresul poate fi provocat atât de cauze externe, cât şi de cauze interne. Poate fi provocat de mediu, dar şi de organismul nostru şi/sau gândurile şi emoţiile noastre.

Între meditaţie şi rugăciune, ce ar trebui să alegem? (*Geta M.*)

Între MEDITAŢIE ŞI RUGĂCIUNE… eu cred că sunt două căi între care nu ar trebui să fim puşi să alegem…

Sfinţii, clarvăzătorii şi misticii ne spun mereu că Dumnezeu se află în noi şi ne mai spun că sufletul este o parte din Dumnezeu.

Însă, pentru majoritatea oamenilor, practica meditaţiei nu rezolvă absolut toate problemele. În cel mai bun caz, ea este o parte importantă dintr-un proces complex de deschidere şi „trezire”.

Conştiinţa asupra anumitor aspecte nu duce în mod automat la celălalt aspect, mai ales atunci când teama şi vulnerabilitatea noastră sunt adânci. Acest lucru este valabil pentru toată lumea, de la profesori până la elevi. Există, astfel, destui oameni care, atunci când meditează, sunt foarte conştienţi de respiraţia sau de corpul lor dar sunt aproape complet inconştienţi de sentimente, dar şi oameni care atunci când meditează pot înţelege mintea,

fără a avea însă o relaţie bună cu organismul.

Liberul arbitru reprezintă darul cel mai de preţ pe care *Bunul Doamne-Doamne* ni l-a încredinţat nouă, oamenilor. Nici măcar îngerii nu au primit acest Dar, Samuel Langhorne Clemens (Mark Twain de mai târziu) a creat o întreagă parodie în „Adam şi Evaa (un alt Adam şi o altă Eva decât cei ai lui Rebreanu din romanul omonim) plecând tocmai de la acest controversat „Dar”. Deci, de mici copii învăţăm să facem alegeri şi ne dezvoltăm cu atât mai frumos şi mai armonios cu cât suntem lăsaţi şi chiar încurajaţi să facem de timpuriu propriile noastre alegeri. Cu cât suntem mai în cunoştinţă de cauză, cu atât mai bine. Părinţii moderni nu le mai spun copiilor ce este bine şi ce este rău ci, în măsura în care se pricep; le prezintă avantajele şi dezavantajele diferitelor opţiuni posibile, după care îi lasă pe ei să decidă. Rolul de îndrumător al unui părinte, ca şi al unui învăţător sau mentor spiritual, în aceasta trebuie să rezide, în a-i încuraja pe copii, respectiv pe învăţăcei, să ia decizii în cunoştinţa de cauză.

Trebuie să învăţăm de timpuriu că ceea ce nu cunoaştem sau nu ne este familiar nu este neapărat rău. Din păcate, ideologiile care au fost semănate de-a lungul ultimelor sute de ani (să zicem, începând de pe la 1054 – Marea Schismă), antagoniste prin definiţie, s-au răsturnat peste omenire ca nişte tăvăluguri, propulsându-i pe unii în poziţii de putere nemeritate şi strivindu-i fără milă pe alţii, apoi izbindu-se unele de altele şi spulberându-se în bucăţi. Rezultatul este că oamenii aproape au uitat să fie îngăduitori unii cu alţii, până şi credinţele construite pe fundamentul iubirii absolute au degenerat pe alocuri, căpătând accente de antagonism.

Din fericire, în tot mai multe părţi de pe glob sunt din nou semănate seminţele toleranţei, atât pe plan politic, cât şi spiritual. Să nu fim descurajaţi de faptul că, în spatele cuvintelor inimoase, se ascund nu de puţine ori interese, ci

să ne deschidem inimile şi să le primim. Vă spune aceste lucruri un simplu om care a fost încercat nu doar aici, ci chiar pe meleaguri unde compasiunea şi iubirea au rang de Credinţă. Aceste seminţe de înţelepciune vor fi alimentate de iubirea pură din inimile noastre şi ne vor îndemna să facem alegerile care ni se potrivesc în stadiul de evoluţie în care ne aflăm. Bunul Dumnezeu, prin forţa Iubirii Pure, ne va feri de capcane şi nu va permite niciodată să fim transformaţi în unelte, chiar dacă unii ar dori acest lucru. Cu cât seminţele înţelepciunii şi toleranţei vor pătrunde în

Acest disc de la Astronom Caesareum al lui Apian permite utilizatorului său să calculeze poziţia nodului lunar, crescători la o dată anume Cele două puncte ale intersecţiei orbitei lunii cu ecliptica suni numite noduri lunare sau „puncte 4 dragonului. Nodul creicăti este capul dragonului, iar ci descrescător; coada. Ambele puncte joacă un rol import4 În calculul calendaristic, fii folosite, în astronomia tlasi mat alei pentru calcularea eclipselor de soare fi de luni (P. Apian, Astronomicuil Caesareum, Ingolstadt, 1!

cât mai multe inimi care s-au racordat la izvorul iubirii pure universale, devenind ele însele izvoare de iubire, cu atât mai dificilă poate va deveni manipularea de orice fel, inclusiv cea politică sau religioasă.

Un reflex de intoleranţă care se manifestă din păcate destul de frecvent este acela de a cataloga drept inutile sau chiar dăunătoare tehnicile de evoluţie spirituală care nu fac parte din învăţătura religioasă tradiţională, adică nu sunt „predate” ca atare la biserică. Cei care le condamnă sau se opun răspândirii lor dau, să-mi fie iertat, dovadă de limitare.

În 2002 şi 2005 am fost invitat ca, în cadrul Muzeului Naţional de Istorie Naturală „Grigore Antipa”, să susţin câteva Conferinţe şi Prelegeri cu diverse teme specifice medicinei alternative şi complementare. La finele unei astfel de conferinţe ce avea ca subiect meditaţia între relaxare şi vindecare, s-a întâmplat să fiu apostrofat în faţa unor oameni tineri, în plină formare intelectuală şi spirituală, chiar de către o dăscăliţă de-a lor, care susţinea că doar rugăciunea în biserică este singura cale pentru a asigura apropierea de Bunul Dumnezeu, iar tehnici precum cele de respiraţie sau relaxare ar fi cu totul inutile. După ce a aruncat aceste vorbe, doamna profesoară şi-a chemat elevii şi aşa destul de derutaţi şi a părăsit triumfătoare Sala de Conferinţe a Muzeului de Istorie Naturală „Grigore Antipau… Alţii susţin că meditaţia ar fi superioară rugăciunii şi, dacă medităm, nu mai este nevoie să ne rugăm. Sau, mai mult, unii cred că au ajuns la o treaptă la care nici rugăciunea, nici meditaţia nu le mai sunt de folos, ci doar respirând într-un anume fel îşi asigură o evoluţie superioară celor care se roagă sau meditează. Dar de ce să alegem între meditaţie şi rugăciune? De ce trebuie să considerăm că una o exclude pe cealaltă sau că una ar fi superioară alteia?

După restricţia satur ni and, Jiptiterpromite bunăstare fi bogăţie. Copiii săi sunt cei mai i nalţi demnitari ai societăţii. Etapa multiplicării în Lucrare îi este atribuită lui Conţinutul retortei este într-un stadiu de hnnziţie spre fierbere, indicat de păsările care se luptă, înveţmântate în cete trei culori (de Lucrării. (S. Trismostn, Splendof solis, Londra, sec, al XVI-lea)

Doamna care afirma atât de tranşant că doar rugăciunea în biserică este singura cale pentru a asigura comuniunea perfectă cu Dumnezeu avea, în esenţă, perfectă dreptate. Însă, câţi dintre noi sunt în măsură să practice un asemenea tip de rugăciune? Un binecunoscut cărturar şi un om nu tocmai modest obişnuieşte să se declare inferior mamei domniei sale, despre care spune că, deşi toată viaţa nu a citit decât o singură carte, anume Biblia, ştia să se roage cu o uşurinţă fantastică, deprindere pe care, în ciuda erudiţiei, fiul său nu şi-a putut-o însuşi niciodată.

Cei puţini care ajung să practice rugăciunea desăvârşită nu ar avea nimic de obiectat împotriva practicilor de meditaţie, respiraţie sau relaxare. Aceasta deoarece ei ştiu că starea de comuniune desăvârşită cu Domnul Dumnezeu este similară extazului, vibraţiei în armonie cu întreg Universul, pe care cei care ajung la

desăvârşire pe calea meditaţiei îl trăiesc. Este o stare în care corpul se relaxează perfect, respiraţia devine aproape imperceptibilă, aerul circulând asemenea unui fluviu prin plămâni şi prin întreg corpul fizic. Undele creierului îşi modifică frecvenţa, corpurile energetice se centrează perfect şi o mare cantitate de informaţie subtilă este descărcată din reţeaua universală în propriul nostru sistem energetic. Şi, mai presus de orice, simţim că suntem una cu Dumnezeu. Dar, câţi dintre noi reuşim acest lucru? Unii ne mulţumim şi cu o rugăciune mai modestă, care ne aduce linişte şi împlinire, asigurându-ne în acelaşi timp protecţie. Nici acesta nu este puţin lucru, dimpotrivă, înseamnă enorm. Cei ce s-au lovit de asta ştiu şi preţuiesc acest lucru. Însă alţii doresc să obţină mai mult şi constată că, practicând anumite tehnici, pot să acceadă cu mai mare uşurinţă pe o treaptă superioară. De ce să credem că fac un lucru rău? Cum poate cineva să judece în termeni negativi dorinţa fierbinte de apropiere a cuiva de Dumnezeu? Căile pot fi nenumărate...

Există mai multe tipuri de meditaţie? (*Anca M.*)

Vorbind despre MEDITAŢIE, Dan Seracu se referă la patru forme ale acesteia:

Meditaţia reflexivă, Meditaţia contemplativă.

Meditaţia de recepţie, Meditaţia de emisie.

1. Meditaţia reflexivă

Se invocă sentimente de iubire, fericire, de a face bine etc.

Partea pozitivă a acesteia este reprezentată de faptul că vibraţia se înalţă foarte mult; după o repetiţie îndelungată, se obţine o stare vibraţională înaltă.

Se foloseşte pentru: reechilibrare sau pentru schimbarea vibraţiei. (De exemplu, avem un examen cu o comisie despre care nu ştim nimic; dacă avem o vibraţie negativă, chemăm aceeaşi vibraţie de la comisie; dacă facem o meditaţie reflexivă cu o oră înainte şine umplem

de pozitiv, de iubire şi lumină, pentru acei oameni vom chema de la ei tot o vibraţie pozitivă.)

Partea negativă este că, atunci când meditaţia se face în grup, se cedează energie, de aici putând rezulta o anumită dependenţă a individului faţă de grup. Dacă, de exemplu, un individ face parte dintr-un asemenea grup, iar familia sa nu face parte, se creează o incompatibilitate între ei.

Trandafirulrefu Eu sunt elixirul rofului, transformând toate corpurile imperfecte în cel i ai pur fi tai adtvd rat aur. Regele roţu strolucefte ca soarele, Jimpede precum rubinul, nâi/alme, fluid precum ceara, reziitentlaloc, pătrunr And fi conţinând mercur viu. El combind soliditatea pe deplin sulfuroasa cu cea mai mare flexibilitatea mercurului. Potrivit doctrinei creţ tine a tramsubstanţiaţiunii, cuhana purpurie a sângelui este suprema ţinând de spiritualitate.

fDonum Da, secolul al XVIMM)

În anumite cazuri se lucrează pe elemente antagonice (iubire-ură), benefice pentru persoanele mai puţin preocupate de partea materială, mai aeriene.

2. Meditaţia contemplativă

Se contemplă un obiect/fiinţă din toate punctele de vedere (de exemplu, un măr).

Este prima lecţie în magie (ocultism), care te face să te gândeşti la lume dintr-o altă perspectivă.

Se poate lucra pe oameni, pe proiecţiile în viitor, pe cristal, pe orice în care să apară partea de proiecţie. „Ritualul lunii” este tot o formă de meditaţie contemplativă.

3. Meditaţia de recepţie

Este ferma de recepţie a unor emisii (nu neapărat de pe Pământ).

4. Meditaţia de emisie

Meditaţia este considerată a fi de emisie din

momentul în care se depăşeşte cadrul casei.

Este şi o formă de terapie (flacăra violetă); spaţiul de sănătate este tot o formă de emisie; se mai întâlneşte şi în *Qi qong*.

Ce rol are vizualizarea în meditaţie? Dar fantezia? (*Ion D.*)

Vizualizarea este deosebit de importantă în meditaţie. De aceea, este bine să te străduieşti să obţii o imagine cât mai perfectă: cromatică (o obţii chiar din prima zi), olfactivă, gustativă, tactilă (acestea le vei obţine mai încet, dar în orice caz în timpul primelor zile). Cu cât vei vizualiza mai bine imaginile, cu atât efectele pe care poţi conta vor fi mai puternice.

Vizualizarea şi fantezia, aşa cum spunea Dan, sunt două aspecte esenţiale care contribuie la creşterea capacităţii tale de clarvăzător. Ţi se pare că este o pierdere de timp simpla imaginare a unor obiecte ca şi când te-ai visa? Sau închipuirea unei situaţii sau a un\4 i angajament? Aceste întrebări presupun concepţii eronate despre vizualizare şi fantezie, ele contribuind în mod esenţial la diminuarea numărului de clarvăzători. Acele câteva minute pe care ţi le petreci dimineaţa cu realizarea imaginilor mentale activează celulele nefolosite din creier, le pun la muncă în vederea realizării scopurilor tale. Ele sunt neuronii emisferei drepte (la dreptaci), iar activarea lor

este esenţială în activitatea ta viitoare. Tocmai de aceea te rog să exersezi vizualizarea de mai multe ori pe zi, în mod similar ca după trezire.

Adică: ziua, în timp ce citeşti o carte, opreşte-te la un cuvânt de care eşti legat (a) printr-o activitate practică din trecut şi formează-ţi despre el o imagine mentală. De exemplu, citeşti despre o casă; opreşte-te din citit şi reaminteşte-ţi o casă pe care ai văzut-o cândva. Vizualizeaz-o! Readu-ţi în imagine amintirile despre această casă. Fă acelaşi lucru când într-o discuţie se aminteşte ceva de care eşti legat în trecut. Dezvoltă imaginea, creând astfel un fel de cinematograf mental!

În starea de veghe putem crea acţiuni. Atunci când dormim, în somn, ce putem face? Putem să ne controlăm gândurile în somn? (*Mircea S.*)

Câtă libertate avem în somn! Dispar barierele timpului şi ale spaţiului, se spulberă regulile logicii, canoanele conştientului. Doctorul Sigmund Freud, fondatorul psihanalizei – care prezintă o aplicabilitate din ce în ce mai mare a considerat visele de o importanţă capitală, deoarece tot ce visăm este numai şi numai al nostru. El spunea că, înţelegând visele omului, îl înţelegem pe el însuşi.

Ne putem controla, mai mult sau mai puţin, gândurile şi atunci când dormim apelând la metoda maestrului Dan Seracu, Autocontrolul. În cadrul acestei tehnici, putem învăţa cum să descifrăm şi să provocăm anumite acţiuni benefice, scopul nostru fiind acela de a crea visele într-un mod conştient, cu ajutorul cărora să ne rezolvăm anumite probleme ce apar în viaţa de zi cu zi. Întrucât noi suntem cei care stabilim tema acestor vise tot noi suntem şi cei care le interpretăm, de cele mai multe o cu rezultate spectaculoase. Este drept că prin aceasta îngrădin spontaneitatea senzaţiilor din timpul viselor, dar acţiunea ne fa cititează, totuşi, o mai mare libertate: ne controlăm

într-o mă mare măsură viaţa. E bine de ştiut, totuşi, că folosind somni pentru a ne rezolva anumite probleme apărute peste zi, găsin du-le soluţii, este bine să apelăm la ele cu o anumită periodicitate. Se spune că noaptea este un sfetnic bun. Părerea mea este că totuşi, nu ar trebui să exagerăm cu aflarea răspunsurilor şi rezolvarea problemelor noastre doar în somn. Să nu uităm că somnu trebuie să fie, în primul rând, odihnitor, pentru a avea energia starea de sănătate pe care ni le dorim cu toţii.

Ce-i drept, prin interpretarea viselor programate, putem găsi re zoi varea la o serie de probleme cotidiene care ne frământă. Problem nu este nouă. Omenirea trage foloase de secole de pe urma viselor.

Reprezentare plantsferică a sistemuluiptolemate. Ochiul omului, care stă pe pământ [...] organizează structura întregului univers după ordinea lucrurilor, aţa cum o percepe fi, într-un sens se plasează pe sine în centrul întregului cosmos. Oriunde ţi-ar trimite razele privirii, el se minunează în faţă creaţiilor cerurilor, arcuite cu o admirabilă rotunjime, îl crede că planeta este plasată în centrul acestei colosale lucrări. (A. Ceuarius, Hatmonia Macrvcojmtca, Amsterdam. 1660)

Până în 1869, savantul rus D. Mendeleev încercase în zadar ordonarea într-un sistem fiabil a elementelor chimice cunoscut până la el. În acel an, într-un vis i-a apărut forma sistemului periodic al elementelor (care îi şi poartă numele). Dimineaţa la trezire a pus pe hârtie cele visate. A fost nevoie doar de corecţii minore

E. Howe lucra la principiul maşinii de cusut cu buclă închisă. Se blocase, nicicum nu putea rezolva funcţionarea bună a acului, într-o noapte a visat că era atacat de aborigeni cu nişte lănci găurite în vârf. Trezindu-se a înţeles că, în vis, i s-a oferit rezolvarea problemei. Astfel, s-a născut maşina de cusut Singer.

N. Bohm, la fel, tot dintr-un vis şi-a „extras” teoria atomică. De altfel, teoriile multor savanţi celebri îşi au izvorul în vise.

Ce se întâmplă? Când visăm, frecvenţa creierului urcă din *Delta* cu câţiva hertzi, ajungând în zona de 10 Hz, adică în *Alfa* cu care lucrăm în mod conştient. Aşadar, pe acest nivel se poate ajunge din ambele direcţii, atât de jos (din *Delta* sau *Teta*), cât şi de sus (din *Beta*).

Merită să-ţi faci un obicei: să-ţi notezi dimineaţa la trezire ce ai visat noaptea. Pregăteşte-ţi la îndemână o hârtie şi un creion (eventual un reportofon), deoarece imediat după trezire poţi să ţii minte visul cu toate detaliile sale; mai târziu, ele se pierd parţial sau total.

Visele îţi oferă comunicări importante pentru rezolvarea problemelor din acel moment, pentru dirijarea sentimentelor tale. Astfel, putem diminua stresul, putem ameliora sănătatea, ne putem pregăti pentru o acţiune viitoare.

Aşadar, în prima etapă, trebuie să înveţi să-ţi reaminteşti ce ai visat în noaptea anterioară.

Mulţi afirmă că nu visează deloc; f aptul este aproape imposibil, deoarece visele – s-a demonstrat – sunt o necesitate fiziologică.

Visele pot fi impresii de peste zi ale subconştientului, simple stări de stres, imagini ce ne-au afectat, într-un fel sau altul, anumite stări de conflict şi, multe dintre ele preluate din mass-media. Toate acestea pot fi cauzele unor coşmaruri, care sunt un anumit tip de vise. Dar există şi visele previzionare sau cele cu care ne întoarcem din ceea ce se numeşte „Călătorie în Astral/ Toate acestea reprezintă amalgamul de senzaţii şi trăiri ce stăpânesc extraordinara lume a somnului.

Ca să îţi poţi programa visele, îţi propun metoda lui Dan: încearcă, pe cât posibil, ca seara, înainte să te culci, să te relaxezi şi să-ţi spui: *Vreau să-mi amintesc tot ce voi visa. Când mă voi trezi, îmi voi aminti imediat ce am visat în cele mai mici amănunte*. Nu uita să îţi pregăteşti dinainte hârtia şi creionul (eventual un reportofon). Când te-ai trezit, fie chiar şi în miez de noapte, notează-ţi imediat tot ce îţi aminteşti din vis. Exersează asta zilnic şi vei observa că pe zi ce trece îţi aminteşti tot mai multe detalii din visul avut anterior. Dacă eşti mulţumit de rezultat, treci la etapa următoare.

Înainte de a adormi, gândeşte-te la problema pe care o ai de rezolvat, pentru care ai nevoie de o informaţie sau de sfat. Alege o asemenea problemă a cărei rezolvare te preocupă într-adevăr (la întrebări fără sens, vei obţine rezultate tot fără sens – şi nu uita că nu merită preţul!).

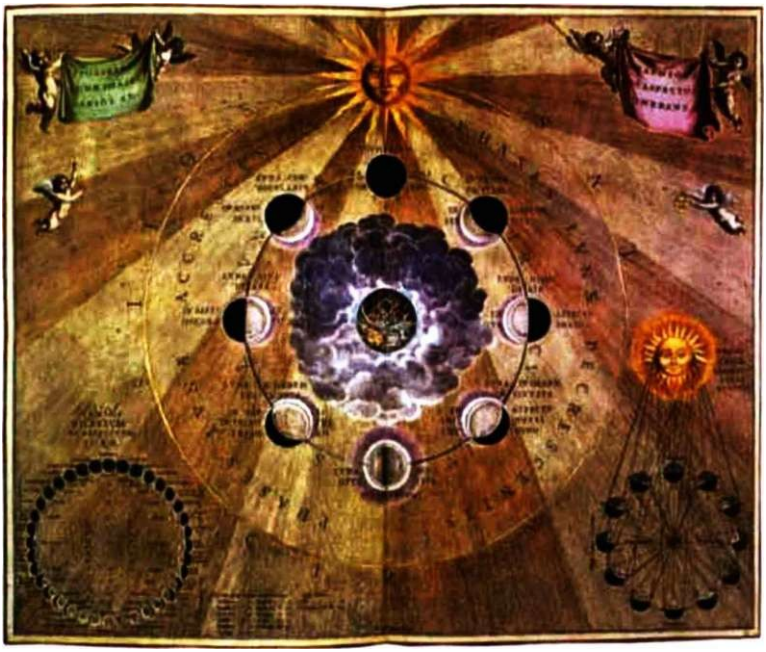
Înainte de a adormi, programează-te cu următoarele cuvinte: *Vreau un vis care să mă ajute la... (spune-ţi problema, conştientizând-o). Voi avea un asemenea vis} mi-l voi aminti ţi-lvoi înţelege" După* care adormi.

La trezire, indiferent de oră, revezi visul din memorie. Dacă sunt mai multe, alege-l pe cel mai clar şi încearcă să-i cauţi sensul. Interpretarea acestor vise programate o poate face doar cel care le-a provocat! Dacă ţi-ai programat să înţelegi visul pe care îl vei avea, vei simţi un fel de presentiment privind sensul pe care ţi-l transmit Ei! Inconştientul comunică de multe ori cu no (conştientul) prin aceste presentimente – intermediarul dintre Ei şi noi. Exersând, vei constata că, pe zi ce trece, ai încredere tot mai mare în aceste presentimente programate1.

Ce este chi-ul? (*Ioana D.*)

Atât încercările vieţii, cât şi practica mea de mai bine de douăzeci de ani în arte marţiale m-au învăţat, în timp, că în filosofia alchimică există o substanţă care reprezintă cheia, indiferent că vorbim despre rugăciune, magie, *feng shui*, *qi qong* sau *reiii*. Aceasta este respiraţia a tot ceea ce înseamnă viaţă – este respiraţia ta. Această forţă universală a vieţii este cunoscută sub denumirea de *suflet* sau *spirit*. Şi aşa cum indiferent ce anume ar purta trandafirul, parfumul lui ar fi la fel de dulce, denumirea acestei forţe este *Pneuma* pentru greci, *Prana* pentru Hinduşi, *Ki* pentru japonezi şi *Chi* pentru chinezi.

J. În acest text au fost folosite informaţii şi tehnici creotede Maestrul Dan Seracu (n. ai. 208



Potrivit poziţiei sale în raport cu soare U fi pământni, zona luminată de soare a lunii aparţin forme care se schimba periodic creşte invizibila luna nouă la primul pătrar (semilună), apoi la lună plină (capătul) apoi descrefte până la ultimul pătrar} t înapoi la lună nouă (începutul). (A. Ceilarius, Harmoma Macrocosmica, Amsterdam, 1660)

Atunci când *Chi* este în echilibru, acesta descrie o mişcare uşor curbilinie. Pe măsură ce se mişcă de-a lungul Pământului, formează linii curbe ce îl încercuiesc. Când atinge suprafaţa Pământului, această forţă formează spirale energetice care hrănesc solul şi toate formele de viaţă care locuiesc pe suprafaţa acestuia, de la plante până la fiinţele umane.

Forţa vieţii poate fi definită prin *chi*. În urmă cu câţiva ani, l-am întrebat în cadrul unui curs de *Qi gong* pe maestrul Song ce este *chi*. Răspunsul a venit prompt: „*Chi* este «adezivul» care uneşte toate lucrurile”.

Chi poate să însemne:

Vitalitatea corpului tău;

Energia necesară şi specifică ce hrăneşte spiritul, pe care o primeşti de la Tatăl Ceresc (chinezii o definesc drept energie *Yang* Adevărat);

Energia necesară şi specifică ce susţine trupul, care îţi este dăruită de Mama Terra (chinezii îi spun energie *Yin* Adevărat).

Chi se regăseşte, de asemenea, în:

Mişcarea unor cicluri naturale, cum este cel al anotimpurilor, al naşterii, morţii şi renaşterii;

Spaţiu] dintre particulele submoleculare;

Spaţiul dintre notele muzicale;

Intuiţia omului şi instinctul animalelor;

Căldura soarelui şi zgomotul valurilor oceanului;

Lumina dansând pe într-o prismă;

Gândurile şi viziunile tale pentru crearea unei vieţi împlinite;

TOT şi în TOATE.

Într-un mediu energetic pozitiv, *Chi* se propagă în perfect armonie şi echilibru pentru a reface armonia mediului respectiv şi, implicit, a vieţii tale. *Chi* hrăneşte orice spaţiu pe care îl traversează, în acelaşi fel în care fiecare respiraţie îţi hrăneşte fiecare celulă şi fibră din corp. Dacă *Chi* nu curge în armonie, atunc viaţa ta va fi lipsită de echilibru, iar problemele vor începe să manifeste. Făcând schimbări asupra decorului carete înconjoară vei crea schimburi de energie benefice, care aduc după ele transformări benefice în viaţa ta.

Există reîncarnare? (*Alexandra I.*)

Se discută intens despre diferenţele interculturale, despre va lorile şi principiile care diferă de la o cultură la alta şi de la o civilizaţie la alta. Între principiile ce stau la baza civilizaţiei europene şi cele ce stau la baza culturii orientale există mari diferenţe, dar numai aparent, pentru

că, în esenţă, regăsim aceleaşi valori structurale şi principii de bază.

Budismul, religia Vedică, Filosofia Zen – toate au ca punct de plecare procesul reîncarnării şi al transmutaţiei sufleteşti, în Europa, însă, principiul reîncarnării a fost şi este încă, cel puţin aparent, aproape în totalitate negat. Şi, cu toate acestea, baza Creştinismului are ca element principal transmutarea. Oare venirea Mântuitorului nu reprezintă, în fapt, o formă de metempsihoză, de reîncarnare? revenirea Apostolilor nu este oare o formă clară de reîncarnare?

Metasomatoza, principiul definitor al transmutaţiei sufleteşti pe calea purităţii spirituale, se reîntâlneşte din inima Tibetului până în cele mai îndepărtate colţuri ale lumii: accepţia coexis

Cea care îi alăptează este Pământul, Apa mercurială

îi hrăne}te. {M. Maler, Atlanta fugiens.
Oppetiheim, 1618)

tentei aici, pe Pământ, în timpurile noastre, în funcţie de evoluţia spirituală, atât a unor fiinţe cu o vibraţie joasă, reîncarnate conform acestui principiu într-o biată râmă sau plantă, cât şi a spiritelor sublime, acele avataruri ale lumii sau Dalai Lama.

Un principiu similar guvernează reîncarnarea şi în lumea occidentală (principiu des regăsit în opera lui Eliade şi Rebreanu) – metempsihoză, doctrina transmigraţiei sufletelor apărută chiar de pe vremea lui Pitagora. Faptul că sufletul este nemuritor şi migrează spre oameni sau alte fiinţe impune anumite concluzii. Spre exemplu, ucigând şi mâncând fiinţe vii, pitagoreicii deduc faptul că oamenii ucid probabil propria speţă şi chiar foştii prieteni sau rude. Astfel, ei au elaborat o serie întreagă de recomandări privind uciderea şi consumarea cărnii animalelor, precum şi o suită de interdicţii menite să stabilească şi să păstreze puritatea sufletului. Pitagora a creat astfel o cosmogonie. Însă obiectivul central al cosmogoniei sale se diferenţia total de al celorlalţi filosofi greci datorită preocupărilor sale matematice şi a legăturii mistice dintre om şi numere. Meditând asupra religiei, medita asupra sufletului şi asupra mântuirii sale. Mai târziu, un alt mare gânditor grec, Aristotel, va afirma că Pitagora considera numerele drept principii ale tuturor lucrurilor, mai degrabă decât elementele aer sau apă. Aristotel descrie şi la bla pitagoreică a contrariilor. Acest labei include zece principii care constituie contrariile ce guvernează viaţa omului: finitul şi infinitul neperechea şi perechea, unul şi dualitatea, dreapta şi stânga, mas culinul şi femininul, repausul şi mişcarea, planul drept şi cel cuib pătratul şi rotundul, lumina şi întunericul, bunul şi răul. Pentru Pitagora, numărul reprezintă materia şi sensul cosmosului. El susţine că perechea şi neperechea luate la un loc

produc unitatea, iar aceasta produce numărul care constituie obârşia tuturor lucrurilor. Din această perspectivă, numerele sunt considerate sublime, inspirân ierarhia şi ritualul pentru viaţa religioasă şi puritatea sufletului.

Ce este Karma şi ce legi o conduc? (*Irina M.*)

Psihicul, prin cele trei stări de manifestare ale sale, este libe să gândească, să judece şi să dorească, dar numai vrerea destinului implacabil (<*dharma*) va aduce ceea ce omul merită cu adevărat deoarece el este strâns legat de influenţele karmice ce vin din greşelile acumulate în vieţiile anterioare. În lucrarea *Bhagavad Gīta* chintesenţă a preceptelor vedice, aflăm următorul exemplu absolut edificator: Krishna îi spune lui Arjuna:

„O, Aijuna, omul este liber să acţioneze cum doreşte, dar nu are libertatea să culeagă înictele *Karmei* altuia, aşa cum şi-ar dori-o.w

Pentru evoluţia sa, omul trebuie să se străduiască să devin generos, ajutând dezinteresat, fără să-i pese de recompensă, de fructele ce vin în urma acţiunii sale. Acest dezinteres faţă de recompensele *Karmei* îl va face pe om să treacă dincolo de plăcere şi suferinţă. Suferinţa este o rezultantă a ataşamentului faţă de *Karmă*. Speranţele false şi nejustificate sunt cauza adevărată a suferinţelor, pentru că de multe ori dorinţele sunt cu mult mai man decât ceea ce poate oferi destinul.

În general, această lecţie o învaţă fiecare dintre noi atunci când ajunge în pragul vârstei de treizeci şi şapte – patruzeci de ani. Viaţa nu este un mozaic întrerupt, ea este continuă, moartea fizică nu este sfârşitul, ci mai degrabă o treaptă spre parcurgerea unei noi etape e volutive. Poate am fi prea duri şi poate un pic prea irealişti dacă am spune că nu există moarte. În fapt, moartea nu este decât o trecere dintr-o formă în alta şi, în funcţie de ce am semănat şi cât am semănat, aşa vom şi culege. Suma

recompenselor şi a greşelilor acţiunilor – aşa s-ar putea traduce *Karma* omului, bună sau rea, două valori ce capătă un cu totul alt înţeles. Ceea ce semeni în această viaţă, va crea o *Karmă* benefică şi favorabilă într-o altă încarnare, o altă etapă prin care treci în drumul evoluţiei tale.

Ne lăsăm duşi de valurile vieţii. Cu toate acestea, este posibil să realizăm progrese în viaţa noastră mult mai frecvent bazându-ne pe dorinţa de a face bine şi intenţia de a ajuta. Şi, realizând legătura între aceste schimbări în plan mental şi rezultatele din lumea fizică, exterioară, le vom continua într-un mod subtil, dar minunat pentru a ne trăi şi edifica viaţa pe care ne-o dorim cu adevărat.

Aşa cum mi-a spus cândva o mică „zână”, consider că în momentul tranziţiei din această viaţă la un nivel superior ne vom pune două întrebări: „Am fost întiadevăr o persoană bună?” La această întrebare ar trebui să fim capabili să răspundem „DA!” Şi o altă întrebare la fel de importantă: „M-am simţit bine, având totul şi nelăsând nimic neterminat?” Din nou, răspunsul ar trebui să fie „DA!”

Ce se înţelege prin Dharma? Cum acţionează? (*Ana Ghe*.)

Luat ca un termen lingvistic tipic extras dintr-un dicţionar de filosofie indiană, Dharma reprezintă, concret, din punct de vedere etimologic următoarele trei caracteristici: dreptate, merit, datorie religioasă. Textual, prin acest termen se înţelege „ceea ce ţine laolaltă”, acest principiu aflându-se la baza ordinii în general, fie ea socială, etică sau morală. Ca valoare etică sau morală, Dharma este acea valoare cane duce la eliberare. În Jainism, Dharma reprezintă „mediul mişcării a tot ce este prezent în întregul univers. Acest mediu este unic şi etern „în Buddhism, principalele definiri includ Ordinea Cosmică, învăţămintele lui Buddha, Legea naturală, normele de conduită, lucruri sau fapte. Dharma este în

general dublă: sadharana-dharma, care este aceeaşi pentru toată lumea, şi varna-asrama-dharma, care este diferită în funcţie de castă şi de etapa vieţii.

Cunoaşterea de sine reprezintă atât atributul divinităţii, cât şi al omului de rând, fiind o substanţă imaterială, luminând de la sine dar fiind lipsită de conştiinţă. Cunoaşterea este în acelaşi timp atât substanţă, cât şi atribut. Cunoaşterea, iluminarea este eternă şi omniprezentă în tot ceea ce este etern, dar este total oprită pentru oamenii încătuşaţi în materia fizică.

Majoritatea occidentalilor confundă deseori methempsihoza cu methasomatoza, năzuinţa spre puritate cu cea spre perfecţiune, luau specific, de altfel, şi puţinilor cu adevărat interesaţi din ţara noastră, ceva normal, ţinând seama că, la urma urmei, despre aceste lucruri s-a spus foarte puţin. Însă cu totul altfel stau lucrurile când se vorbeşte despre Karma şi Dharma; pericolul confuziei este acela de a condamna definitiv o persoană şi a-i lua până şi ultima fărâmă de speranţă. Când spun acest lucru mă refer la acei bioterapeuţi de mâna a 14-a cărora li se face reclamă pe bani grei în mass-media şi în presa scrisă şi care, în escrocheria lor atotcuprinzătoare, după efectuarea perioadei şedinţelor de „bioterapie”, constatând, în final, rezultat = O, spun pacientului extrem de jigniţi: „ce vrei dragă? Tu ai o boală karmică. Ştii ce ai fost tu întio viaţă trecută… ştii ce ai făcut tu?… pe tine Karma te condamnă! Să-ţi spun eu cu ce ai greşit tu „şi fără a precupeţi vreun efort încep şi toarnă şi toarnă… fără nicio jenă „tot felul de greşeli şi crime presupuse că ar fi fost făcute în vieţile anterioare.

Cel puţin pentru cei care m-au ajutat pe mine, lucrurile stau cu totul altfel. La ei acasă, în India de N-NE, mai precis la graniţa cu Tibetul chinezesc, în urmă cu aproape 7 ani, Brahman Agarwaal încerca să-mi explice lent şi pe înţelesul meu cam aşa: tinere luminat, în ţara ta

se creează o confuzie între Forţa Divină, destinul implacabil şi încărcătura ce-o purtăm cu noi toţi de la o încarnare la alta. Uite, de exemplu, luăm un copil (noi, în particular, să – l numim Mihai) care se naşte acum (cu acest exemplu mi-am îndoctrinat şi eu toţi studenţii de mai apoi cărora doream să le explic această mare diferenţă). În cultul vostru creştin la naşterea acestuia vin Ielele, care-i urzesc Destinul, Destin ce se va înfăptui pe parcursul vieţii sale întocmai celor urzite de Acestea. Ce ţi-e scris, în frunte ţi-e pus… La noi, acest rol îl joacă Dharma – Principiul Suprem.

Voia Domnului, cum ai spune tu» tinere luminat. Acest destin implacabil poate fi calculat atât kabalic, cât şi numerologic. Pentru fiecare om în parte există, la un anumit interval din viaţă, o perioadă de timp scurtă în care se va întâmpla ceva cu adevărat important pentru viaţa sa. Această perioadă se repetă de câteva ori pe parcursul vieţii, ca şi cum cineva te lasă, pentru binele tău, să alegi de mai multe ori. Tu, de exemplu, poţi alege acum să rămâi o perioadă aici, printre noi, pentru a te desăvârşi, sau poţi să te întorci acasă la copilul tău, la soţie, la cei ce te aşteaptă şi la nepreţuitul tău „ajutor” şi prieten, Dick. Această alegere poate va mai veni vreodată, poate nu, dar cu siguranţă o alta îi va lua locul peste o vreme. În geografia palmei tale aceasta poate apărea ca o înlănţuire sau o întrerupere a liniei vieţii şi se citeşte ca fiind o cumpănă pentru cel în cauză, cumpănă nu înseamnă neapărat moarte, ci poate fi la fel de bine să însemne sosirea acelui moment de a alege un alt drum în viaţă. De alegerea fiecăruia în parte ţine ceea ce va urma. Eşti liber să alegi, vezi cât de simplu este. Tu eşti cel care-ţi creezi viitorul în această situaţie. Alege, şi ai să culegi ceea ce ai semănat. Bine sau rău, atât de simplu… Deci, să revenim la exemplul de mai sus: conform principiului suprem (Dharma), copilul (Mihai) ce s-a născut acum va avea pe

parcursul vieţii sale trei perioade decisive de urcare sau de coborâre pe Calea sa. Dharma nu forţează niciodată, ea reprezintă Destinul. Aici binele şi răul sunt două noţiuni abstracte, au valori complementare ce se împletesc şi duc la o stare de echilibru. Una fără cealaltă nu ar putea exista. Cum să ştii care este binele dacă nu ştii ce înseamnă răul? Aşadar, perioadele importante pentru Mihai vor fi: prima, atunci când va împlini 18 ani, va fi o alegere probabil legată de carieră sau de familie; a doua mare cumpănă o vom găsi la 42 de ani când în acest caz va fi o alegere privind credinţa. A treia şi cea mai importantă cumpănă va fi la vârsta de 55 de ani, când într-un loc bine definit, lângă Mihai va muri cineva (noi vom denumi acea persoană cu iniţialele A.L.), atins pentru ultima oară de el. În urma acestui incident, viaţa sa va căpăta o turnură decisivă privind evoluţia sa spirituală. Să nu uităm că Principiul Suprem trebuie să se împlinească întotdeauna, dar valorile sale privind binele şi răul sunt abstracte şi neimpuse. Sub Dharma vine Karma plină cu încărcătura vieţilor anterioare, cu toate greşelile noastre neîndreptate. Aceasta vine şi-şi spune dur sentinţa, dar neavând puterea de manifestare peste principiul Dharmic, caută doar să completeze: conform Dharmei, acest om va avea trei perioade de a alege schimbarea destinului său în această viaţă, însă el a greşit în vieţile anterioare şi eu îl voi încărca cu greutăţi, încercări şi suferinţe, îi prevăd o viaţă plină de greşeli, va repeta de mii şi mii de ori aceleaşi greşeli şi va culmina prin greşeala finală. Conform principiului dharmic lângă el va muri următoarea persoană, A.L., atinsă pentru ultima oară de acesta. Eu, Karma, vin şi spun că e! va greşi pe parcursul vieţii sale, va merge din greşeală în greşeală, ajungând la final să se certe cu A.L. şi să-l ucidă într-un moment de furie, aruncându-l pe acesta peste fereastră. După ce-l va ucide, el va fi condamnat şi întemniţat. Aici el îşi va pune capăt

zilelor aflat în necredinţă şi neîmpăcat cu sine însuşi. În acest fel, pentru el revenirea sa aici a însemnat o involuţie pe calea desăvârşirii sale. Conform Principiului Suprem, acest lucru poate să se întâmple sau nu, depinde doar de acţiunea şi greşelile celui în cauză. Să zicem că pe parcursul vieţii acesta învaţă câte ceva de la viaţă şi spre final alege totuşi calea credinţei adevărate, a iubirii şi a păcii sufleteşti. Aflat în ziua prestabilită, în faţa destinului implacabil Mihai poate să dea dovadă de înţelepciune şi să schimbe totuşi ceva din viitorul său implacabil. Cum? Să zicem că în ziua respectivă se află în locul predestinat, alături de persoana ce urmează să treacă dincolo de viaţă. Amândoi se găsesc, la acea oră, la serviciu, în aceeaşi cameră de la ultimul etaj dintr-un bloc foarte înalt. La un moment se iscă o ceartă între cei doi, omul care urmează să moară fiind din ce în ce mai nervos. Moartea se apropie cu paşi repezi. Destinul este implacabil, trebuie să moară, dar cum? În timpul disputei, omul despre a cărei Karmă discutăm, Mihai, se aşază pe un fotoliu şi încearcă să se calmeze; celuilalt i se apropie sfârşitul, este din ce în ce mai nervos, comentează de unul singur, la un moment dat se apropie de fereastră. I se pare că vede ceva, se apleacă şi alunecă. Mihai, de pe fotoliu, printr-un gest disperat, încearcă să-l prindă, îl atinge, dar acesta îi scapă şi cade, rostogolindu-se în gol şi strivindu-se de caldarâm, murind instantaneu. Dharma, Principiul Suprem, s-a manifestat întocmai, Karma însă nu. El nu a devenit un ucigaş, ci a încercat să-l salveze, ba mai mult, în urma trecerii prin această grea încercare Mihai se va apropia şi mai mult de credinţă, printr-un act de pocăinţă chiar călugărindu-se şi propovăduind calea spre credinţă în acest fel el a urcat pe calea sa ajutat doar de credinţă. Ce s-ar fi întâmplat dacă, la câţiva ani sau mai târziu, în pragul adolescenţei, cineva l-ar fi dus la un „specialist” care „deschide Cartea”, care ghiceşte (indiferent de metodă) sau care „vede” (acel

„clarvăzător” de cartier)? Vă spun eu, o dată rostit cuvântul, nenorocirea s-ar fi produs peste ani cu siguranţă. Nimic nu ar mai fi schimbat destinul implacabil al acestui om. Deci, aveţi grijă ce vedeţi, ce rostiţi, unde mergeţi şi mai ales ce lăsaţi să vi se prezică. Cel mai simplu exemplu este cel al horoscopului de dimineaţă, indiferent că este citit în ziar sau că-l auzim la radio, în maşină, în drum spre serviciu. Cu toate că ştim că este un fals, (creat de cele mai multe ori, la ceas târziu, de un redactor paralel cu astrologia şi grăbit că nu a reuşit să umple spaţiul), de multe ori ne poate schimba starea de spirit, chiar şi cu un pic, tot o influenţează. Oare ce se întâmplă când avem de-a face cu o problemă arzătoare şi ne hotărâm să mergem special la o ghicitoare?

Există vreo legătură între numerologie şi magie?

(Mireea C.J

Încă din negura istoriei, numerologia a fost strâns legată de magie, înlănţuirea dintre ele fiind atât de puternică, încât oricine doreşte să practice magia trebuie neapărat să cunoască elemente de numerologie şi astrologie. Toate forţele naturii, formele energetice ce ne înconjoară, toate planurile de manifestare pe care le cunoaştem se deduc şi pot fi integrate lumii numerelor. Prin intermediul numerologiei, este posibil să construim cu ajutorul energiei numerelor forme de manifestare ce pot afecta atât în bine, cât şi în rău energiile subtile.

Cifrele ascund în interiorul lor o imensă forţă, despre care au vorbit deseori atât Părinţii Bisericii, cât şi marii filosofi în operele lor. Nu puţini au fost aceia care, de-a lungul istoriei, şi-au exprimat opiniile în acest domeniu sau au crezut în magia numerelor Putem începe cu Pitegora, Aristotel, Platon şi să continuăm cu Leonardo da Vinci. Cifrele au o putere imensă asupra întregului Univers, asupra a tot ce există pe Pământ, în om, chiar şi în lumea ideilor şi a simţurilor. Putem să ne exprimăm cu ajutorul

energiei numerelor. Au existat discipline divinatorii care au analizat destinul în funcţie de numele persoanei pe care îl poartă sau de modul de a influenţa spiritele şi demonii doar prin simpla scriere şi pronunţare corectă a numelor, sporind astfel puterea omului. Fiinţa umană este creată din Lumină după chipul şi asemănarea Creatorului. Este greu să insufli omului de rând siguranţa puterii sale, faptul că nimic nu-l poate afecta atâta timp cât el nu se teme. Teama creează o breşă în învelişul de protecţie, pierderea încrederii în sine, în lumina divină duce de cele mai multe ori la autodistrugere. Multe dintre elementele divinatorii şi ritualurile practicate în magia ritualică, wiccană, woodoo, rurală sau înaltă au ca punct de pornire aspecte numerologice. Indiferent că vorbim despre manifestarea spiritelor ce guvernează pământul, apa, aerul sau focul, indiferent că se numesc gnomi, silfide, nimfe sau simple ENM-uri, SPM-uri, EBF-uri, toate vibrează şi pot fi caracterizate prin rezonanţa unei înşiruiri de numere. Magia în sine, prin toate formele ei de manifestare, cuprinde forme ritualice de rostire a unor înşiruiri de cuvinte, descântece sau farmece, creare de pandantive sau, dimpotrivă, legare, toate se reduc în esenţă la vibraţia unor numere. Folosirea acestor vibraţii ţine de etica şi de credinţa fieciruia, de ceea ce primeşte şi ceea ce oferă.

Într-o bună zi, Karmi fiecăruia va da rezultatul acestui cumul de acţiuni. Pedeapsă sau răscumpărare…

Pentagrama poate fi folosită ca mijloc de protecţie? (*Mihaela Al*)

Pentagrama, prin forţa energetică a cifrei 5, posedă magnetismul necesar pentru a declanşa forţa de atracţie în faţa căreia nicio fiinţă umană nu se poate ascunde.

După Paracelsus, există cinci forţe, cinci entităţi (*entia*) care formează pentagrama omului şi al căror echilibru şi armonie au ca rezultantă sănătatea lui. Bineînţeles, prin contrast, dezechilibrul acestor forţe duce

la boală şi suferinţă.

În lucrarea sa, *Armonia universală*, Kepler argumentează efectul pentagonului înstelat, al pentagramei, care reprezenta semnul distinctiv al membrilor Ordinului iniţiatic secret, condus de Pitagora. Ei denumeau această pentagramă *penthalfa* „care însemna „sănătate”.

Divinaţia pentagramei este foarte veche. Pentru Pitagora, pentagonul păstrează acea forţă creatoare în interiorul său, forţă centrală, care deschide poarta secretelor timpului infinit, în multe dintre documentele vechi, descoperim imaginea corpului omenesc cu braţele şi picioarele depărtate, căpătând astfel forma unui pentagon. Această imagine o aflăm studiată şi reprodusă în cercetările marelui Leonardo da Vinci.

Linia dreaptă a început, puţin câte puţin, pe parcursul dezvoltării conştiinţei umane (prin intermediul cunoaşterii succesive a forţelor terestre), să se încorporeze în cercul divizat, pentru a deveni apoi autonomă şi a întreprinde rectificarea cercului. Dar între punctul de pkcare (linia curbă) şi punctul final (linia dreaptă), se află un stadiu intermediar important, un (*el* de echilibru între curbă şi dreaptă. Acesta a fost realizat atunci când s-a înscris în cerc un poligon închis. Iniţial, poligonul nu a avut forma pe care o cunoaştem astăzi; noi adunăm părţile izolate ale circumferinţei cercului ca şi cum ele se succed pe linia circulari, pregătind astfel rectificarea circumferinţei. Forma preferată pentru cei vechi comporta o omisiune legitimă a punctelor sumrrive ale circumferinţei. În limbaj matematic, aceste poligoane înstelam se numesc pentagrame. Astfel, o pentagramă a fost plasată în cetcul solar. Trebuie ţinut cont de aceste subtilităţi ale formei, căci ele exprimă caraoerul important al structurilor conştiinţei omeneşti. Pentagrama nu permite încă rectificarea cercului. Ea produce impresia

unei forme mai strânse, mai închisă decât alte tipuri de poligoane, căci în această stea laturile care se încrucişează sunt desenate în aşa fel încât dau impresia unei comb inaţii reciproce, o înlănţuire ce formează un întreg.

Unitatea şi închiderea cercului exercită o puternică acţiune asupra reprezentării poligonului. Cercul era lucrul cel mai important, el era cel care dădea tonul, în timp ce pentagrama se încorpora ca ceva secundar. Imaginea în ansamblul său producea mai puţin imaginea unui 5, cât mai ales a unui 5 – 1, impresia unităţii lui 5.

Acest tip de imagini erau purtate pe piept ca amulete ce trebuiau să producă miracole, împodobeau altarele, având o deosebită relevanţă pentru spiritul omenesc. Astăzi, în schimb, figurii la care ne-am referit i s-a suprimat înlănţuirea braţelor, iar carcasa rămasă a fost umplută cu diferite culori; magia modernă foloseşte simbolul pentagramei, considerându-l cel mai puternic mijloc de protecţie.

Cum putem defini starea de sănătate? (*Alin MJ*

Prin natura activităţii pe care o desfăşor, viaţa îmi oferă zilnic *prilejul* să mă confrunt cu cele mai diferite şi insidioase forme de boală şi suferinţă. Contactul cvasipermanent cu oameni în căutarea sănătăţii m-a îndemnat să mă aplec mai cu atenţie asupra acestui concept, şi chiar să încerc definirea lui. Eu consider că sănătatea înseamnă deplina conştientizare a identităţii tale: *Sunt Copilul Domnului şi sunt din Lumina*/, pentru că, deopotrivă, Domnul, *Tatăl nostru*> *Iubirea cea nemărginită* şi *Lumina* sunt noţiuni fundamental incompatibile cu suferinţa.

Această definiţie a sănătăţii atestă incontestabil şi concepţia mea despre acţiunea de redobândire a sănătăţii, despre terapie, întregul meu demers terapeutic porneşte de la realitatea că elementele definitorii ale Sinelui Adevărat, Dumnezeu şi Lumină (adică Scânteia Divină)

sunt prezente în noi, precum şi natura esenţială a Divinităţii Supreme, Iubirea. (Sintagma *Tatăl nostru, Iubirea cea nemărginită* era folosită în ritualul liturgic arhaic pentru a-l invoca pe Domnul.) De aceea, concep acţiunea de redobândire a sănătăţii (sau de menţinere a ei) ca pe o terapie completă, care se adresează fiinţei umane în ansamblul ei, elementele călăuzitoare, atât pentru terapeut cât şi pentru pacient, fiind activarea şi utilizarea în procesul de vindecare şi de evoluţie a legăturii profunde om-Dumnezeu, a Luminii şi a Iubirii. Când pacientul, călăuzit de terapeutul complet, care ar trebui să fie în primul rând un vindecător spiritual, cu ajutorul Luminii şi al Iubirii, ajunge să-şi conştientizeze identitatea profundă, esenţa divină sau pe Domnul din/în inima sa, atunci suferinţa începe, într-un fel sau altul, să dispară. Acest lucru este valabil nu numai în cazul unor maladii mai uşoare, vindecabile în plan fizic prin metode clasice de tratament, ci şi în cazul afecţiunilor majore cunoscute ca incurabile, adâcă al bolilor de natură karmică. După cum este cunoscut, din această categorie fac parte şi multe dintre bolile psihice.

Înainte de a mă referi în particular la această din urmă categorie, aş dori să propun operarea unei distincţii conceptuale între termenii de boală şi suferinţă. Boala şi suferinţa pot, desigur, coexista, însă, la fel de bine, există şi boală care nu provoacă suferinţă. Prin suferinţă nu înţelegem în primul rând durere, sau, cel puţin, nu durere fizică, ci un alt fel de durere, de natură sufletească. Sunt persoane grav bolnave care prezintă dureri fizice crunte, care însă nu le provoacă suferinţă în plan psihic/sufletesc. Aceşti oameni, cu ajutorul Luminii pe care o primesc prin intermediul credinţei, al terapiei holistice sau al diferitelor practici spirituale, ajung să-şi conştientizeze Sinele Divin şi să se unească cu Dumnezeu la modul conştient, ridicându-se astfel deasupra bolii şi a suferinţei. Suferinţa este prima

care dispare, iar dispariţia ei este un lucru esenţial în asemenea condiţii, şi boala se va simţi la rândul ei învinsă şi fie va dispărea din planul fizic, sub influenţa remediilor naturiste care însoţesc terapia spirituală, fie, în cazul unor boli karmice, îşi va urma cursul, dar va evolua într-un plan paralel, fără a mai provoca suferinţă. Într-o astfel de situaţie, putem afirma cu certitudine că oamenii şi-au învăţat lecţia karmică şi au făcut un mare pas înainte pe calea evoluţiei lor. Aceşti oameni sunt, de regulă, spirite puternice. Ei ne uimesc întotdeauna prin curajul şi detaşarea de care dau dovadă, dar şi prin frumuseţea sufletului lor, în care parcă Dumnezeu se oglindeşte în toată splendoarea Sa. Pentru un terapeut care utilizează în procesul de vindecare în primul rând resorturile divine ale Luminii şi ale Iubirii, la care adaugă combinaţia adecvată de tehnici terapeutice, mai mult complementare decât alternative la medicina clasică, a contribui efectiv la întărirea unui spirit şi la evoluţia sa reprezintă octava cea mai de sus a luptei cu boala şi suferinţa.

Bolile psihice reprezintă un tip aparte de maladii, care au stârnit dintotdeauna controverse, în special din cauza absenţei unor norme obiective, unanim acceptate, de demarcaţie între sănătate şi afecţiunea psihică. Implicarea în această dezbatere presupune intrarea efectivă pe tărâmul fragil dar fascinant al psihologiei şi psihiatriei. Aprecierea stării de normalitate, generic vorbind, are vocaţia de a naşte în permanenţă controverse. Cu atât mai mult definirea stării de normalitate psihică şi sănătate mintală *versus* anormalitate şi boală psihică reprezintă un demers cu adevărat dificil, în care puţini se încumetă să-şi încerce puterile.

Frica se poate vindeca? (*Sanda L*)

Câţi dintre noi nu ne-am simţit victime ale bolii, ale unor programe malefice inoculate sau induse, ale dezechilibrelor energetice de tot felul său, pur şi simplu,

ale unor evenimente şi circumstanţe potrivnice, pe care le-am perceput ca veritabile obstacole în calea împlinirii dorinţelor şi planurilor noastre?

Câţi dintre noi, găsindu-ne în împrejurări dificile sau confruntându-ne cu atitudini ostile din partea celor mai apropiaţi semeni de – ai noştri, ne-am simţit profund nedreptăţiţi, ne-am revoltat şi am suferit? De câte ori nu ne-am lăsat pradă convingerii că, nefiind în măsură să controlăm situaţia, nu ne mai rămâne decât să ne lamentăm şi să arătăm cu degetul în altă direcţie?

Ne am pus însă vreodată întrebarea dacă percepţia noastră este corectă? Ne-am întrebat oare dacă ostilităţile, obstacolele, dezechilibrele, boala, da, boala, există cu adevărat? Nu cumva sunt acestea mai degrabă produsul minţii noastre, al Eului nostru, care şi-a făcut un scop din a ne inocula de timpuriu şi a ne alimenta sentimentul de frică, pe baza căruia să poată construi nestingherit imperiul separării? Ne-am gândit vreodată că, dacă am redeveni conştienţi de faptul că nu suntem separaţi de Dumnezeu, ci una cu el, întrucât Scânteia Divină pe care o purtăm în noi este adevărata noastră esenţă, iar Scânteia nu diferă cu nimic de Focul însuşi, ci una sunt, atunci nu am mai avea a ne teme de nimic? Ideea separării noastre de Dumnezeu şi de întreaga creaţie a făcut posibilă construirea unei întregi lumi a iluziilor, în care ne simţim îndepărtaţi şi ameninţaţi de tot ceea ce există. Frica este cea care ne blochează posibilitatea de a răspândi în jurul nostru iubire, în primul rând pentru că, percepând unele fiinţe ca fiindu-ne ostile, şi prin urmare nedemne de iubirea noastră, nu facem decât să adâncim separarea şi să permitem apariţia conflictelor şi, în consecinţă, a DURERII Cruzimea însăşi s-a născut din sentimentul de FRICĂ. Prin urmare, nu ne putem vindeca decât dacă ne eliberăm de sentimentul de fiică, dacă realizăm că nu există nimic în afara noastră care să ne poată afecta adevărata fiinţă, care

este pură şi neschimbată. Şi, în acelaşi timp, dacă reuşim să îi privim pe semenii noştri fără a-i judeca, înţelegând că şi adevărata lor esenţă este tot pură şi cu nimic diferită de a noastră, iar ceea ce face ca ei să pară diferiţi, bolnavi, neatrăgători sau ostili, nu reprezintă decât false imagini sau perdele de iluzii proiectate de Eul nostru.

Şi *boala este tot o iluzid* îndrăznesc să fac această afirmaţie care poate părea hazardată cuiva care se luptă de ani de zile cu suferinţa, însă acesta trebuie să ştie că „nu poţi cu adevărat să vindeci până nu te trezeşti şi înţelegi că nu este nimic de vindecat”, cum spune o maximă străveche. Este adevărat că ceea ce percepem cu simţurile noastre, vizavi de lumea exterioară şi de noi înşine, este determinat de valorile şi convingerile noastre. Ceea ce vedem şi considerăm că există – există numai pentru că noi credem. Boala, ca şi frica, porneşte chiar din mintea noastră, este rezultatul minţii noastre înspăimântate. De aceea renunţarea la ea conduce în mod aproape automat la dispariţia bolii.

Eliberarea de frică este ceea ce ne trebuie pentru a ne permite să vedem ADEVĂRUL care a existat dintotdeauna în faţa noastră, dar pe care nu ne-am îngăduit să îl percepem. ELIBERAREA de frică este ceea ce ne trebuie pentru a înţelege cine suntem cu adevărat. Însă, pentru a reuşi acest lucru, avem nevoie de credinţa că nu suntem singuri. Avem nevoie de credinţa nezdruncinată că Dumizeu ştie exact de ce avem noi nevoie în fiecare moment al existenţei noastre şi avem nevoie de acceptarea detaşată a tuturor experienţelor care ni se oferă, desigur, toate spre binele nostru. Iată, de pildă, ce ne mărturisea Olga Ilin: *mŞtiu din experienţă că, ori de câte ori i-am spus trie fii, calm dar apăsat; Am încredere, voi trăi ceea ce e de trăit**, *ea, viaţa mi-a oferit, misterios, exact ceea ce-mi doream* *

Există o legătură între manifestarea răului şi boală?

(Mirela V.)

Sunt mai bine de 15 ani de când încerc să aflu şi să înţeleg fenomenologia răului, atât când vorbim despre el ca păcat, dar mai ales atunci când el este definit de boală. Unul este răul sufletului, altul este râul trupului. Dar suferinţa este aceeaşi. Încă îmi este greu să înţeleg cum copii nevinovaţi suferă atât de mult, cum oameni minunaţi duc în spate boli incurabile şi, mai ales, mi-e greu să înţeleg cum oameni foră căpătâi, răi, invidioşi, cruzi şi fără scrupule, reuşesc să o ducă bine mersi, fără a avea câtuşi de puţin de suferit de pe urma acţiunilor lor. Sunt întrebări care mi se pun din ce în ce mai des de mamele ce-şi văd copiii în suferinţă. De fiecare dată încerc să răspund acestora spunându-le că, în viaţă, oamenii au parte de suferinţe şi suferinţe şi nu au de unde să ştie ce rău pot declanşa acei oameni copiilor şi familiei prin comportamentul şi acţiunile lor. Acesta este principiul acţiunii şi al reacţiunii, principii guvernate de Karma şi Dharma. Cum cred pe toată lumea şi pe fiecare în parte, am cunoscut şi întâlnit nefericirea, în sensul ei uşor de ghinion dar şi în sensul ei copleşitor şi devastator. Mult mai grav, aş putea vorbi despre răutate, greu de suportat – dar atât de uşor de administrat ca distracţie, amuzament. Totuşi, a o numi înseamnă deja a o condamna, a o atribui unui timp, unei persoane, unui loc. În perioada studenţiei, descoperind jungla stupefiantă a termenilor medicali distilaţi de facultate, am simţit fiorii de gheaţă ai acestei denumiri când evoca febre, tumori, evoluţii maligne. Ştiinţa limbajului, care şi ea face parte din arta medicală, a descoperit această denumire în teologie, unde îl desemnează pe diavol ascuns, crud, abil, distrugător. Medicina desemnează astfel acele afecţiuni care, frră prea mult zgomot, cu discreţie dar implacabil, dizolvă legăturile şi elanurile vieţii până când moartea pune stăpânire.

Scriind acestea, mă gândesc la o anumită manieră de

a practica medicina inteligentă, experimentată, pricepută, aşa cum ar trebui parcurs actul medical, vizând omul ca pe un univers care acţionează în deplină armonie. Oare aşa percep majoritatea medicilor din România? E că nu-i aşa? Dar oare este ceva care să meargă aşa cum ne-am dori, aşa cum ar fi mersul corect al lucrurilor? Fireşte că nu… Atunci de ce avem pretenţia ca medicii să fie altfel, profesorii să nu ia şpagă, pensionarii amărâţi să nu cerşească şi copiii străzii să nu se mai drogheze şi să nu mai fure? Oare unde găsim răspunsul la tot acest rău?

Hermes-Memer, zeu/ fiertului şi al drumurilor, fere icerea. Retoricalui Mercur le rferă la periferia fenomenelor, lumea revelat J a aparenţelor Experienţa efectelor centrului spiritual (Unitate utu Monai) este inaccesibilă polibilităţilor de exprimare ale limbajului, în viziunile cosmicealelui Gtordano Bruno (15481600), monadeiet nucleele divine alt tuturor creaturilor vii, corespund centrii or gravitaţionali ai stelelor Achilles Bocc Kius, Symbolicarum qaacstionum…» Bologn*, 1555

Urmându-mi parcursul în proximitatea a ceea ce este numit brut, dur compact, sub numele de Rău, am ajuns să examinez, să cântăresc, să gândesc forma reprezentării morale şi religioase a Răului: Păcatul.

Greşeala, numită păcat, este reprezentarea în discursul moral sau religios a Răului. În ceea ce educaţia noastră morală a formulat în mod esenţial în religie,

păcatul era cel despre care era vorba atunci când ni se reproşa: „Ceea ce faci acolo este rău” Copilul era departe de a înţelege ceea ce noi încercam să desemnăm ca fenomen brut, nelocalizabil, imposibil precum realul, inaccesibil experienţei umane simple şi imediate: Răul.

Printre strategiile de domesticire, de umanizare a Răului violent, păcatul, boala, indispoziţia, răutatea, ca şi malignitatea, ocupă un loc discursiv în această acţiune disperată de a transforma realul opac al Răului într-o realitate simbolizantă, adică nu imediat umilitoare, pentru suflet, dar atât de adesea umilitoare pentru corpul uman. Tot acest demers filosofic spre tărâmul răului vH prezint pentru a vă da seama că acest rău este în strânsă conexiune cu boala, cu suferinţa. Credinţa, Binele, Iubirea faţă de Dumnezeu şi de aproapele nostru ne poate salva de la un rău iminent ce se poate petrece în viitorul apropiat…

Cuvântul are puterea de a vindeca şi de a distruge? (*Mihaela L*)

Desigur. Exprimarea gândului se face prin cuvânt. La început a fost, cuvântul. Se spune că cuvintele au fost dăruite Omului de către Dt>unul pentru ca acesta să-şi poată exprima iubirea şi bucuria de a trăi, mulţumirea pentru tot ce i-a fost hărăzit. Dar dacă stăm un pic şi ne întrebăm, oare câte dintre cuvintele noastre rostite pe parcursul unei zile exprimă cu adevărat bucuria noastră de a trăi, iubirea faţă de aproapele, faţă de cei dragi, faţă de mamă, faţă de copil, faţă de soţ sau soţie, faţă de prietenii noştri? Oare câte cuvinte am folosit, fiecare dintre noi, în viaţa aceasta, pentru a-i mulţumi Domnului pentru Darul de a „trăi”?

De cele mai multe ori folosim cuvintele doar pentru a ne exprima nemulţumirea, mulţi dintre noi au uitat ce înseamnă a mulţumi sau a ruga sau, pur şi simplu de a crea prin cuvinte, un Dar frumos, de ce nu, poate chiar o poezie… din nefericire lucrurile nu stau chiar aşa. Numai

în săptămâna ce a trecut m-am lovit de cel puţin două ori de efectele distructive ale unor cuvinte ce nu-şi aveau rostul: două mame cu inima şi sufletul împietrite au primit roadele create de blestemul lor. Doi copii distruşi pentru totdeauna chiar de cele ce le-au dat naştere… Obligativitatea secretului profesional mă împiedică să relatez mai amănunţit poveştile cazurilor respective, deşi mulţi părinţi, citind despre aceste mame disperate, şi-ar putea da seama cât de mult rău fac nişte cuvinte aruncate la supărare. Nu mă refer acum doar la forma cea mai gravă, unde energia negativă atinge apogeul şi leagă într-un mod malefic şi dramatic valenţele viitorului atât ale persoanei blestemate, cât şi ale celei ce a ales această cale departe de manifestarea Luminii Domnului. Nu uitaţi, oameni buni, că dacă avem puterea să privim în noi, dacă avem puterea să iubim necondiţionaţi de valorile materiale, dacă putem înţelege dincolo de greşeală, dincolo de sensul păcatului… atunci vom putea trece cu bine experienţa slăbiciunii noastre, înţelegând esenţa noastră divină. Suntem creaţi din Lumină după chipul şi asemănarea Lui. În noi se regăsesc cele trei manifestări dumnezeieşti: IISUS FIUL, Sfântul DUH şi Tatăl Domnul DUMNEZEU. Pentru a crea, avem tot ce ne trebuie, pentru a da forţă acestor daruri, trebuie doar să manifestăm Iubire, Blândeţe, Armonie. Distrugerea şi Forţele Răului nu sunt alimentate de altceva decât de dizarmonia, frica, ura şi violenţa care zac undeva ascuns în sinele nostru. În momentul în care dezlănţuiţi în voi ceea ce aveţi mai rău, este normal să vină asupra voastră numai ce-i rău, dacă veţi dărui Iubire şi Lumină, atunci asta vi se va întoarce însutit. Ca psiholog, vă pot spune că şi expresiile de genul: „Nu ai să faci nimic în viaţa ta”, „Nimeni nu te va ajuta”, „O să vezi că la sfârşit totul ţi se va nărui”. „Nu faci nimic bine” etc. sunt genul de fraze general blocante, ele absorb energia pozitivă, blocând procesul de creare. În general,

acest tipic de fraze este bine să fie evitat. Cum viitorul nu este manifestat încă, avem posibilitatea să ajutăm ca el să se manifeste mai mult sau mai puţin în bine, în funcţie de puterea noastră de a înţelege astfel de lucruri. Dacă vreţi să vă ajutaţi copiii, încercaţi, ca în cel mai rău caz, mustrarea voastră să fie însoţită de elemente ale timpului trecut şi nicidecum ale viitorului. Pentru că am discutat până acum de ceea ce nu ar fi bine, haideţi să spunem şi câteva expresii a căror rostire se pare că readuce sănătatea şi echilibrul, înainte însă de a vi le enumera, aş dori să vă reamintesc că principalele cauze ale bolilor se regăsesc în noi, acestea sunt în principal teama, dizarmonia, violenţa, ura, toate ducând în final la starea de boală.

Anemia se spune că este cauzată de teama de a nu fi bun, de atitudini incerte, de ocolişuri şi amânări de tipul: „Da’ o să fac, dar dacă nu va fi bine… w

O frază cu rol vindecător spusă în fiecare dimineaţă, privind cerul, ar suna cam aşa:

Este bine pentru mine să cunosc bucuria în fiecare parte a vieţii mele. Îmi iubesc viaţa şi o consider un dar nepreţuit.

După circa trei săptămâni apar transformările dorite. Încercaţi şi veţi vedea…

Alcoolismul un viciu datorat în primul rând nesuportării stării de vină, a slăbiciunii, a sentimentului de inutilitate, respingerea propriului Eu. „De ce toate astea? Ce rost mai are? 44 Răspunsul se poate da de asemenea în fiecare dimineaţă ca un medicament:

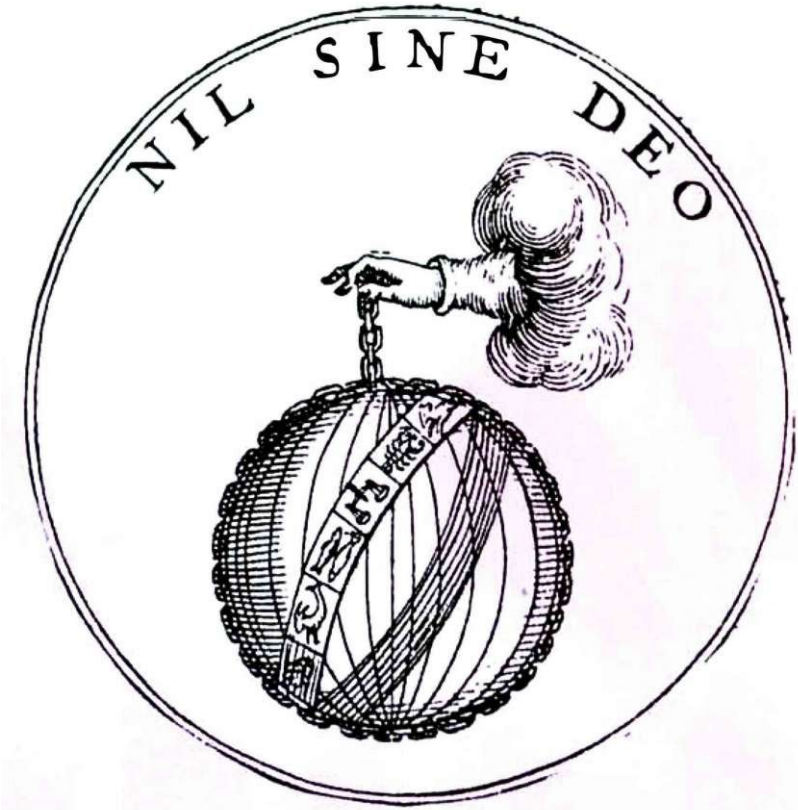
Trăiesc fericit. Fiecare nouă clipă de viaţă trăită reprezintă o imensă bucurie pentru mine. Mă înţeleg ţi mă iubesc aţa cum sunt ţi mă regăsesc în armonie cu mintea şi conştiinţa mea.

Afecţiunile grave ale coloanei vertebrale. Din punct de vedere karmic, se pare că ele apar din cauza revenirii şi

amplificării unor greşeli repetate la nesfârşit, f & ră a înţelege rostul lor în evoluţia noastră. Din punct de vedere strict energetic, ele blochează circulaţia energiei kundalini, afectând astfel principalii centri energetici. Descătuşarea unor energii de vibraţie joasă prin păstrarea şi trăirea unor sentimente negative fâţă de noi înşine, cum ar fi: Mânia reprimată, sentimentul de Vinovăţie, Suflet greu, Ura de sine, starea de Confuzie, Angoasele, senzaţia că te învârţi într-un cerc vicios creat în jurul tău fără să-ţi mai poţi rezolva problemele, starea de confuzie generalizată, senzaţia că nu mai şti cum să ieşi din această situaţie disperată – toate duc la impresia că te cufunzi tot mai mult şi ţi se pare că nu găseşti nicio scăpare. Paradoxal, aceste resentimente şi stări se succed una după alta, completându-se şi chemând la rândul lor alte nenorociri ce pot afecta pe cei dragi nouă.

Atunci… închide ochii şi încearcă să te vezi aşa cum eşti cu bune şi cu rele. Încearcă să dai timpul înapoi şi să-ţi vezi viaţa derulându-se cu încercări şi reuşite, cu momentele de cumpănă, de durere şi necaz dar şi cu acele clipe de bucurie, chiar dacă acestea au fost rare, Rosteşte-ţi în gând:

Sunt Om şi nimic din ceea ce este omenesc nu mi-e străin. Ştiu cine sunt cu adevărat y sunt copilul Domnului şi am tot ceea ce-mi trebuie pentru a trăi în armonie cu tot ceea ce mă înconjoară. Am dreptul să fiu eu şi să învăţ din greşelile mele, numai aşa pot evolua. De astăzi am puterea să înţeleg şi să-mi iert toate greşelile de până acum. Păstrez doar învăţămintele ce au urmat din aceste încercări. Am puterea de a înţelege că Inima mea are nevoie de la bire şi că pot dărui Iubire!



Spunând acestea, vizualizează-ţi coloana vertebrală de consistenţă din ce în ce mai densă şi de un alb pur.

Accident vascular cerebral. Este datorat în primul rând dorinţei de renunţare, de rezistentă fără rost în faţa evoluţiei vie*i* i i ţii. Este caracteristică acea expresie: mai bine mort decât să mă schimb aşa cum vor ceilalţi. Sentimentul de respingere a vieţii.

Un ajutor considerabil îl poate oferi următoarea expresie:

Viaţa este într-o permanentă schimbare şi Eu mă pot adapta la tot ceea ce este nou, iubesc viaţa şi o accept sub toate cele trei forme temporale: trecut prezent şi viitor.

Cancer. Se pare că de cele mai multe ori responsabile pentru declanşarea acestei boli grave sunt existenţa unor răni adânci păstrate în suflet.

Resentimente şi un păstrate în secret într-un colţişor de suflet ce umbresc încet dar sigur bucuria şi Lumina vieţii... Care este rostul păstrării acestor suferinţe? Nu uitaţi: ura naşte ură!

Dacă totuşi vă hotărâţi în sfârşit să scăpaţi de acea încărcătură, atunci aţi putea încerca rostind în fiecare dimineaţă următoarele: Cu Iubire şi înţelepciune pot înţelege şi ierta greşelile ce aparţin trecutului, eliberându-mi astfel sufletul de toate greutăţile cu care l-am împovărat. În locul acestora primesc în străfundul sufletului meu Credinţa intru Domnul. Pacey Lumină şi Iubire!

„Mediculpansează ranay dar Dumnezeu o vindecă”.

Proverb antic vlelui care este zdravăn şi-are un coltuc de pâine, şi-are unde să fi aştearnă căpătâiul până mâine, Nu-i stăpânul nimănuia şi nici roi la nimeni nu e – Spune-i lui că pe deasupra lumii-n fericire suie”.

Omar Kbayyam viii

În loc de Rămas Bun

La finalul unei lucrări se obişnuieşte să se scrie câteva cuvinte, câteva fraze care să întărească sau să elucideze o parte din ideile expuse între cele două coperţi. Poate că aici ar trebui să fac referire la o seamă de aspecte pe care, ori datorită timpului, ori a spaţiului oarecum limitat, eu să le fi omis între paginile acestei cărţi.

Cu toate acestea, am să încerc să mă rezum doar la invitaţia pe care am să ţi-o fac ca TU să vii alături de noi, măcar o dată, să încerci să ne cunoşti, să „priveşti” şi cu alţi ochi Calea Noastră, care jâbate fi şi A TA. Dacă vrei să încerci să găseşti o altă abordare privind Vindecarea, starea de Pace, Armonia, încearcă şi f & – ţi măcar o dată timp şi vino cu noi în marea călătorie, într-o lume mai

bună, mai frumoasă, o lume a PĂCII, a IUBIRII şi a VIEŢII, O lume atât de veche, o lume a străbunilor noştri, dar şi într-atât de nouă, încât poate fi, deopotrivă, a copiilor noştri şi a copiilor copiilor noştri, o lume a SPERANŢEI.

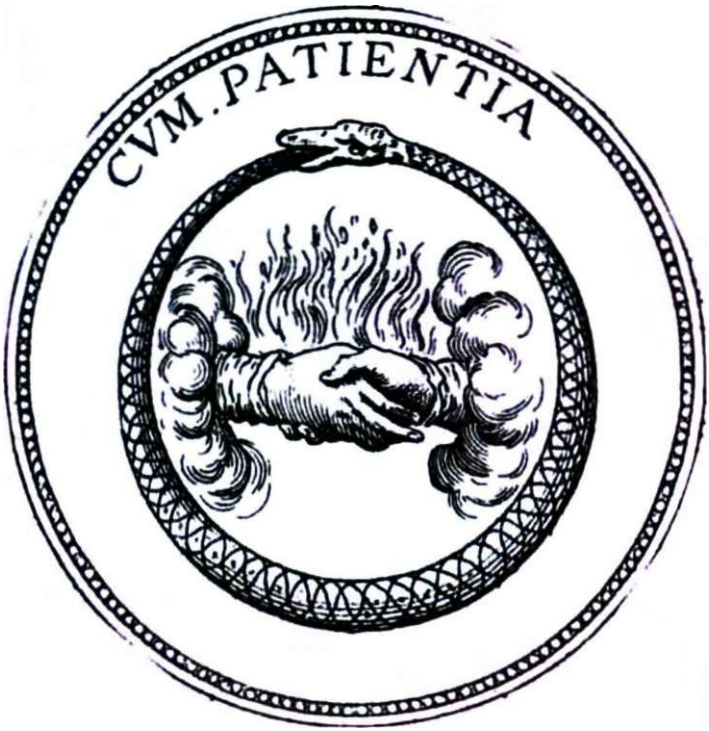
Dacă nu ai timp sau dacă vei considera prea mare osteneala ca să vii alături de noi, în plan fizic, încearcă măcar şi parcurge paginile acestei cărţi. Tot ceea ce am redat aici am PRIMIT şi, la rându-mi, am încercat să dĂRUIESC, prin cuvinte, o RAZĂ DE LUMINA, de SPERANŢA VINDECĂTOARE, de CREDINŢA. Mai mult ca sigur, tot ceea ce am scris eu aici, au scris şi alţi autori, dar importante nu sunt cuvintele, ci ceea ce se poate citi printre rânduri, dincolo de sensul profan al asocierii literelor.

Cititorule, îţi doresc să primeşti IUBIREA. Fie ca PACEA să fie cu tine, iar LUMINA să-ţi călăuzească paşii şi să-ţi lumineze Calea!

PACE, LUMINA ŞI IUBIRE!

P.S. Dacă, totuşi, Te hotărăşti, ne vei găsi reuniţi în fiecare zi de JOI de peste an, între orele 19: 30 – 21: 30, la Bucureşti. Sau în fiecare zi de luni din ultima săptămână a lunii, la întâlnirea cu cititorii revistei *Lumea misterelor* orele 20: 00 – 21: 30.

Te aşteptăm cu drag!



Bibliografie Selectivă

1) Achim, Dorin, *Muzica malefică ţi muzica benefică*, Ed. Satya săi, Bucureşti, 2001

2) Beaulieu, John, Music andsound in the healing arts: an energy approacb

3) Bergson, H „Eseu despre datele imediate ale conştiinţei, Ed. Antet, Bucureşti, 1999

4) Blofeld, J., I Ching – The Book of Change (Chinese Book of Divinationiy New York, 1968

5) Bolile psihice fi vindecarea sufletului în tradiţia ortodoxă> Ed. Mănăstirii Naşterea Maicii Domnului, Levadia, 1993

6) Bristol, C, M., *The Magic of Beţieving*, New York, 1948

7) Budeanu, G, Călinescu, E., *Bioritmurile şi viaţa umană*, Editura Cerma, 1992

8) Cocagnac, M., *Simbolurile biblice*; *lexic teologic*, Editura Humanitas, 1997

9) Cohen, J., Stewart, 1., *The Collaps of Chaos*, Viking, New York, 1994

10) Corneliu, Cezar, *introducere în sonologie*, Ed. Muzicală, Bucureşti, 1984

11) Corneliu, Cezar, Tratat de sonologie; spre o hermeneutică a muzicii.

Ed, Anastasia, Bucureşti, 2003

12) Cosnier, Jacques, Introducere în psihologia emoţiilor şi a sentimentelor, Ed. Polirom, Iaşi, 2002

13) Crisan, V., *Aplicarea de tehnici Shiatsu în Judo şi alte sporturi* Simpozionul metode de medicină tradiţională, ţinut la Birtan Mediaş, 9 septembrie 1989

14) Culda, C., *Lumea minunată a Qigong-ului*, Ed. Licorna, Bucureşti, 1994

15) David, Fontana, *Manual de meditaţie*, Bucureşti, Ed. Teora, 1992

16) Diaconu, Adrian, *Teoria superioară a muzicii*, Iaşi, 1978

17) Douady, S., Conder, Y., *Phyllotaxis as a Physical Seiforganized Growth Process*, Physical Revie w Letters, 68, 1992

18) Enăchescu, C., *Tratat de psihanaliză şi psihoterapie*, Editura Didactică şi Pedagogică, 1998

19) Field, M., J., Golubitsky, M., *Symmetry în Chaos*, Oxford University Press, Oxford, 1992

20) Garfinkel, A., Ditto, W., Weiss, J., *Controlling Cardiac Chaos*.

Science, 257, 1992

21) Gavriliu, Leonard, *Inteligenţa şi patologia ei*, Ed. Iri, Bucureşti, 2001

22) Holdevici, I., I., P., *Hipnoza şi forţele nelimitate ale psihismului uman*, Ed. Aldomars, Bucureşti, 1991

23) Holdevică, I., Psihoterapia – un tratamentfără

medicamente, Ed. Ceres, Bucureşti, 1993
24) Holdevici, Irina, *Hipnoterapia – teorie şi practică*, Ed. Dual Tech, Bucureşti, 2004
25) Holodov, I., A., *Magnetismul în biologie*, Editura Ştiinţifică, Bucureşti, 1974
26) Howard, V0 *Secrets of Mental Magic*, New York, 1969
27) Iliescu, E., *Mărturii despre nemurire*, Editura Universitas, Bucureşti, 1994
28) J. de Silva, *The Silva Mind Control*» Institutul de Psihologie, Bucureşti, 1985
29) Jafolla, *Richard*, *Transformarea de sine*, Ed. Mix, Braşov, 2003
30) Lasser, R., *Atemiset Jiu-Jitsu*, Paris, Bucureşti, 1972
31) Lazarev, S., N., *Karma pură*, Editura Polirom, Bucureşti, 1998
32) Levi, E., *înalta magie*; *dogma*, Editura Antet, Bucureşti, 1996
33) Lewis, R Introducere în Artele Marţiale – origini, filosofie, practică, Ed. Teora, Bucureşti, 1997
34) Mitrofan, Iolanda, *Meditaţii creative*, Editura SPER, Bucureşti 2001
35) Mitrofan, Iolanda; Nuţă A., *Consilierea Psihologică*, *Cine*, *Ce şi cum*? Editura SPER, Bucureşti 2005
36) Mitrofan, Iolanda; Buzducea D., *Psihologia Pierderii şi Terapia Durerii*, Editura SPER, Bucureşti 1999
37) Mitrofan, Iolanda; *Cursa cu Obstacole a Dezvoltării Umane*, Editura Polirom, Bucureşti, 2003
38) Mitrofan, Iolanda, Orientarea Experienţială în Psihoterapie, Dezvoltarea Personală, Inter personală, Transper sonală, Editura SPER, Bucureşti, 2000
39) Mitropolit Hieroteos, Vlachos, *Psihoterapia ortodoxă*.

Ed. Învierea – Arhiepiscopia Timişoarei, Bucureşti, 1998
40) Musashi, M., *Cartea celor cinci cercuri*, Editura Polirom, 2000
41) Nicol, C.W., *Moving Zen*, Bodley Head, 1975
42) Ohashi, W., Shiatsu. Die japanische Fingerdrucktherapie, Freiburg, Bauer Verlang, 1989
43) Payne, P, Marţial Arts: The Spiritual Dimension, Thames and Hudson, 1981
44) Philippe, M., Seifuku et Kuatsu. Traitement des traumatismes et accidents sportifs, Paris, 1943
45) Schwartz, J., *The Magic of Psychic Power*, New York, 1968
46) Seracu, D., *Autocontrol pentru avansaţi fi nu numai* Editura Saphire, Bucureşti, 1994
47) Seracu, D.> *Cristaloterapia*, *Ediţia a 2-a*, Editura Atdo Press, Bucureşti
48) Seracu, D., Iniţiere în autocontrol şi nu numai, Editura Arhetip, 1993
49) Seracu, Dan, *Autocontrol*, Ed. Safire, 1995
50) Seracu, Dan, Vasile, Teodor *Aromoterapia de la A la* Z, Bucureşti.
Ed. Aldo Press, Bucureşti, 2000
51) Stillman, D., The Role of Music în Galileos Experiments, Scientific American, 1975
52) Taisen, Deshimaru, *Zen şi Artele Marţiale*, Ed. Herald, Bucureşti, 1999
53) Tucci, Giuseppe, Teoria şi practica mandalei, cu referire specială la psihologia modernă a adâncurilor, Ed. Humanitas, Bucureşti, 1995
54) Ueshiba, M., Arta Păcii – învăţăturile fondatorului Aikidoului.
Ed Mix, Braşov, 2001.
55) Ueshiba, M.} *Aikido*, Tokio, Hoznasha Publishing Co. 1974

56) Vasile, Teodor, *Curs practic de Numerologie*, Ed. Aldo Press, Bucureşti, 2003

57) Vasile, Teodor. *Curs practic de Kuatsu*, Editura Aldo Press, Bucureşti, 2002

58) Vasile, Teodor, Coordonator şi coautor, *Naturalis*, Ghid de Medicină Naturală, Editura Aldo Press, 2004

59) Young, F., R., The Secrets o f Personal Psychic Power, New York, 1967

60) Zang, Ming, Wu; Sun, Xing, Yuan, *Chinese Qigong Therapy*, Ed. Shandong Science and Technology, 1985

Notă Biografică

Doctor în Ştiinţe Medicale Alternative, International University of Alternative Medicines, Calcutta, India.

Doctor în Ştiinţe Medicale Complementare – Naturopatie, Indian Institute of Alternative Medicines, Calcutta, India.

Doct Orin Psihologie, Universitatea Bucureşti.

Master în Psihoterapii Cognitiv Comportamentale, Universitatea Titu Maiorescu, Bucureşti.

Specializare în Tehnici de Hipnoterapie, Indian Institute of Alternative Medicines, Calcutta, India.

Specializare în Medicină Herbală, internaţional University of Alternative Medicines, Calcutta, India.

Bachelor în Psihoterapie Integrativă, Institute for Integrative Psychoterapy, New Delhi, India.

Ak

În loc de epilog

Dacă în urmă cu doi ani, într-un cuvânt de început, aminteam cuvintele lui Einsteln: „Îţi poţi trăi această viaţă ca pe un continuu Act de Magie sau o poţi trăi f & ră să vezi nimic magic în ea. „Având speranţa că cei cărora le va cădea în mână această carte o să înţeleagă rolul benefic şi vindecător al acestei meditaţii, dar şi faptul că acţiunile şi gândurile lor, le generează, în mare parte, viitorul. Deşi

prietenul meu drag, Nicolae Elek, editorul acestei lucrări, m-a sprijinit şi mi-a întărit credinţa că ar fi bine să public lucrarea începută cu 8 ani în urmă, deşi eram sceptic şi ştiam ce va urma, deşi păstram teama că publicul larg din România nu era pregătit să acceadă o asemenea „Cale”, deşi am scris că nu cred că societatea românească era pregătită pentru a primi aşa ceva, dar poate că peste cinci sau poate peste 10 ani, când copiii mei vor fi deja mari, această carte va avea puterea de a schimba în mai bine destinul unor oameni… şi totuşi, inevitabilul s-a întâmplat., câţiva omuleţi autonumiţi paranormali mov, au încercat printr-un act de manipulare, să creeze o umbră de moarte asupra acestei meditaţii, întreaga presă s-a năpustit asupra ei. Era normal, altceva se dorea să se mascheze şi pentru asta, trebuia sacrificat ceva. La un moment dat mi s-a părut de-a dreptul ridicolă păstrarea pe prima pagină a acestor speculaţii privind Flacăra Violetă. Am înţeles că era necesară, trebuiau acoperite multe alte „evenimente” cel puţin şocante privind viitorul acestui popor. Se pare că aceste speculaţii au „ţinut* atenţia românilor canalizată pe un subiect neînţeles, poate, de marea masă manipulată şi, cu stupoare şi nelinişte pentru cei aproape 60.000 – 70.000 de persoane participante la această meditaţie în decursul ultimilor zece ani. La fiecare colţ de stradă se auzea câte un glas care îşi exprima părerea, mai mult sau mai puţin pertinentă cu privire la meditaţia Flacăra Violetă.

Au apărut peste noapte, ca ciupercile după ploaie, o mulţime de aşa-zişi specialişti, mari iniţiaţi şi paranormali, specializaţi în defăimare şi tehnici de mahala, ce au început cu întreg arsenalul lor, un tandem cu prezentatori „super specializaţi” în de toate, un fi de „terminatori”, să-şi dea cu presupusul, să întineze, ba chiar să-şi asume un concept pe care niciodată nu îl vor putea înţelege şi atinge, pentru că ei se lovesc de un zid: vitrina Lumii Materiale… „sticla ecranului”.

La un moment dat am crezut că mă regăsesc undeva în societatea românească de la începutul anilor ’80 şi că fenomenul „meditaţia transcendentală” reîncepe, retrăieşte „vânătoarea de vrăjitoare”, că societatea românească are nevoie de un nou sacrificiu, „de un ţap ispăşitor” are nevoie să dea vina sau să bagatelizeze ceva ce nu e capabilă să înţeleagă: bunătatea, bunul simţ, credinţa, iubirea, pacea, respectul de sine şi faţă de ceilalţi, respectul şi iubirea faţă de copiii noştri, şi deopotrivă, faţă de bă trântii noştri, respectul omului şi al vieţii, înainte de toate, dreptul la nevinovăţie, toate acestea au fost încălcate pe rând. Trăim într-o societate în care non-valoarea şi minciuna sunt căutate şi preţuite. Trebuie să fim o naţiune tare disperată, dacă nu ne mai respectăm bătrânii, dacă nu ne mai iubim copiii, dacă nu mai avem credinţă şi respect, atunci cu siguranţă meritătm să trăim într-acest circ mediatic şi să ne integrăm cu succes (a se vedea că nu am scris absolut), în experimente de tipul codex alimentarium. Să fim primii care posedăm paşapoarte biometrice, să fim pe primul loc între cei care îşi bat joc de natura ţării lor…

Şi apoi ne mirăm de rezultate. Oare de ce?…

Atunci când am scris că societatea românească nu este pregătită să primească acum aşa ceva, am crezut acest lucru şi ştiam ce va urma. Când am scris că poate peste 5 sau poate peste 10 ani aceste concepte vor schimba lumea… acum sunt foarte sigur de asta.

Scandalul mediatic declanşat de presa română şi de micile fricţiuni politice, au făcut ca Flacăra Violetă să facă înconjurul pământului. Pot spune că aşa trebuia să se întâmple. Din tot acest rău se va naşte un Bine, oamenii vor deveni din ce în ce mai din oşi şi cei ce încă n-au aflat, vor afla, vor cunoaşte, vor vedea şi un alt Adevăr… acesta este viitorul!

Dacă în 2008, odată cu apariţia primei ediţii, mă

temeam de viitorul acestei tehnici şi de faptul că ea ar putea genera suferinţă la un moment dat, acum ştiu că acest moment a trecut, că de acum foarte mulţi oameni vor veni pe această Cale, din ce în ce mai mulţi, vor fi atraşi de Adevăr şi se vor îndrepta spre Lumină, prin Credinţă şi Iubire, găsindu-şi astfel, Pacea.

Al vostru, acelaşi… mereu acelaşi.

Nota Editorului lista cursurilor organizate de dl, teodor vaslle:

FLACĂRA VIOLEŢI AUTOCONTROL MENTALE REIKI USUI ŞI TIBET AN KARUNA REIKI AGARTHA REIKIE VASTE REIKIE RADIESTEZIE CRISTALOTERAPIE

CURSURI DE INIŢIERE VASTE – FENG SHUI – VASTUE

Pentru mai multe informaţii despre cursul de Flacăra Violetă precum şi despre celelalte cursuri organizate de dl. Teodor Vasile puteţi suna la tel: *021224.0156 de luni până vineri între orele 14 – 18 e-mail*: dr. *teodorvasilepsihoterapia.ro*

Cuprins

Cuvânt de început
O Poveste
Ce este Flacăra Violetă?
La ce ne poate Ajuta Practicarea acestei Meditaţii?
Ce ar trebui să cunoaştem ca să înţelegem cât mai Bine cum
Funcţionează Meditaţia cu Flacăra Violetă?
Atmosfera – ambientul
Meditaţia în natură
Poziţia de bază
Respiraţia
Respiraţia specifică Flăcării Violete
Transferul energetic. Sacrificiul
(darul celui ce iniţiază ritualul de grup)
Forţa imaginaţiei

Starea de relaxare
Fixarea atenţiei
Stăpânirea emoţiilor
Vizualizarea
Forţa subconştientului
Puterea gândului Tău
Dorinţa şi voinţa de a te vindeca
Efectele iertării şi ale împăcării
Chei şi mantre – punţi spre Lumină
Structura energetică a corpului uman
Meridianele energetice principale ale corpului uman 1
Legea celor cinci elemente 1
Centrii energetici principali ai corpului uman 1
Tehnici de încărcare energetică 1
Culori vindecătoare 1
Posibile reacţii 1
Flacăra Violetă – Forma Integrală 1
Mărturii 1
Stările de Conştiinţă Modificată 1
Autocontrolul 1
Întrebări şi Răspunsuri – în loc de Rămas Bun *
Bibliografie Selectivă
Notă Biografică

Cu mulţumiri dl. Nicolae Hlek căruia îi datorez realizarea acestei cărţi, prin creaţia şi concepţia sa originală/ rezultând apariţia în condiţii excepţionale a acestei lucrări.

Mulţumesc pentru tot sprijinul acordat pentru toată munca depusă şi pentru toţi aceşti ani în care m-a ajutat şi m-a sprijinit pas cu pas în munca mea! i urez succes în munca sa de creaţie şi promovare a culturii şi a tot ceea ce este frumos, lucru atât de rar în societatea noastră de astăzi.

Tehnoredactare design şi prelucrare imagini: Marius

Ristea

dl. Teodor Vasile, ne inițiază pas cu pas, într-un mod plin de generozitate și cu o imensă modestie, în câteva dintre tehnicile de bază aplicate în cadrul terapiilor complementare. Tehnicile meditative și practicile spirituale sunt extrem de utile oricărui om, indiferent de vârsta, sexul și religia sa. Pe lângă cunoașterea acestora, Dr. Teodor Vasile dispune însă și de o formație academică cu greu de egalat – Licențiat în Psihologie și Ecologie, Master și Bachelor în Psihoterapie, Doctor în Științe Medicale Alternative și Naturopatie, Calcutta, India, Doctor în Psihologie. Este Maestru Reiki și Maestru-antrenor de arte marțiale (Shihan Ju-Jitsu, San Dan Goju-Ryu Karate Do). Viziunea sa este integrativă, profund ancorată în spiritualitate, în legătura noastră directă cu Dumnezeu. Ceea ce este excepțional este că a reușit să adaptateze modalitatea sa de lucru la condițiile socioculturale și spirituale creștine. Printre Maeștrii săi putem să-i enumerăm pe dl. prof. Dan Seracu, regretatul Părinte Galeriu și pe dl. ing. Valeriu Popa. Împreună cu dl.